GUÍA DIDÁCTICA PARA LA PROMOCIÓN DEL DESARROLLO FÍSICO INFANTIL MEDIANTE LA EDUCACIÓN MOTRIZ Y FÍSICA

Miguel Israel Bennasar-García, Juan José Galán Delgado, Winifer Destiny Sandoval Reyes, Frankelis de Jesús Sese Cáceres, José Ariel Hidalgo Cuevas, Esteban Emanuel Luna Brito, Johanna Jiménez de Jesús, Carmelo Anthony Tejada Morel, Ronny De Jesús Caba-Payero, Sayari Marmolejos Almonte

Escriba
ESCUELA DE ESCRITORES

Guía didáctica para la promoción del desarrollo físico infantil a través de la educación motriz y la educación física

Miguel Israel Bennasar-García, Juan José Galán Delgado, Winifer Destiny Sandoval Reyes, Frankelis de Jesús Sese Cáceres, José Ariel Hidalgo Cuevas, Esteban Emanuel Luna Brito; Johanna Jiménez de Jesús, Carmelo Anthony Tejada Morel, Ronny De Jesús Caba-Payero, Sayari Marmolejos Almonte

Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña

Recinto Luis Napoleón Núñez Molina

República Dominicana

Primera edición: Diciembre, 2025

Maracay, Venezuela

Depósito Legal: **978-980-454-038-7**

ISBN: **AR2025000286**

Reservados todos los derechos conforme a la Ley
Se permite la reproducción total o parcial del libro,
siempre que se indique expresamente la fuente

Portada: Gemini AI
Formato Electrónico: Nohelia Alfonzo
Revisión General: Crisálida Villegas
Compilador: Miguel Israel Bennasar-García

Colección de Estudios Culturales
Serie Educación y Sociotecnociencia
Volumen 6, Número 10, Año 2025

Es una publicación correspondiente a la colección de libros arbitrados del Sello Editorial Escriba. Escuela de Escritores, dirigida al público general que tiene como propósito divulgar saberes culturales, educativos y socio tecnocientíficos.

Escriba ESCUELA DE ESCRITORES

AUTORIDADES

Crisálida Villegas

Presidente – Directora General

Nohelia Alfonzo

Directora Académica

Rosa B. Pérez

Secretaria

COMITÉ EDITORIAL

Sandra Salazar (FEREDIT, Venezuela)

Luisa García (UNERG, Venezuela)

Raquel Peña (UNERG, Venezuela)

Rosy León (REDIT, Chile)

Ibaldo Fandiño (UNIATLÁNTICO, Colombia)

Claudia Zuriaga (UIDE, Ecuador)

ÍNDICE DE CONTENIDO

	pp.
DEDICATORIA	5
AGRADECIMIENTO	6
PRESENTACIÓN	7
INTRODUCCIÓN	8
Primera Parte. Desarrollo de Habilidades Perceptivo-Motrices	10
I.linteracción entre percepción y movimiento en el desarrollo infantil	11
II. Juegos para fortalecer la lateralidad y la coordinación	23
III. Fomento de las habilidades perceptivo-motrices en distintos entornos	35
Segunda Parte. Recursos didácticos en Educación Física Infantil	46
IV. Elaboración de materiales didácticos económicos para la educación física infantil	47
V. Integración de la tecnología en la Educación Física Infantil	62
VI. Utilización de materiales no estructurados como recursos pedagógicos	76
VII. Análisis del impacto de los recursos didácticos en el aprendizaje motor	89
Tercera Parte. Diseño de sesiones de educación física infantil y actividades motrices saludables	101
VIII. Diseño de sesiones de educación física infantil y actividades motrices saludables	102
IX. Actividades de educación física orientadas al bienestar infantil	112
X. Pausas activas para la promoción del desarrollo físico y motriz infantil	125
CONCLUSIONES	133
De sumo interés	135
Sobre los Autores	136

DEDICATORIA

A los niños del mundo, especialmente a los de la República Dominicana, que inspiran cada propuesta aquí presentada. Esta guía se convierte en un apoyo para su crecimiento, ofreciéndoles experiencias de movimiento que fortalecen su imaginación, su confianza y su alegría de aprender. Cada actividad está pensada para acompañarlos en su desarrollo físico y emocional, ayudándoles a descubrir sus capacidades y a vivir una infancia más activa, segura y saludable.

A los docentes que, con dedicación y sensibilidad, crean oportunidades para que cada estudiante explore su potencial motriz y encuentre en la Educación Física un espacio para crecer, expresarse y disfrutar del aprendizaje. Su labor sostiene la esperanza de una escuela más humana y comprometida con el bienestar de la infancia.

Los autores

AGRADECIMIENTO

Al Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU) por su compromiso con la formación de calidad y por impulsar iniciativas que fortalecen la Educación Física y el desarrollo motriz en la infancia.

A ESCRIBA Escuela Escritores, responsable de la publicación de esta obra, cuyo apoyo permite que este material llegue a docentes, estudiantes y comunidades educativas, interesadas en fortalecer sus prácticas formativas.

De manera especial, al estudiante Ronny de Jesús Caba Payero, cuyo liderazgo, entusiasmo, constancia y dedicación hicieron posible la concreción de esta guía. Su participación impulsó cada etapa del proceso y aportó la motivación necesaria para que este proyecto tomara forma y se convirtiera en una obra útil para la educación de la niñez.

Los autores

PRESENTACIÓN

La Guía Didáctica para la Promoción del Desarrollo Físico Infantil mediante la Educación Motriz y Física, que se presenta a la academia y a la comunidad en general, surge como una propuesta orientada a fortalecer la labor docente desde una mirada práctica y fundamentada. Su finalidad es proporcionar materiales claros, actividades bien estructuradas y recursos que ayuden a acompañar a los estudiantes en su crecimiento motor, cognitivo, social y emocional mediante experiencias corporales significativas.

El contenido reúne orientaciones esenciales que permiten al docente comprender, diseñar y aplicar experiencias motrices pertinentes a la infancia, asegurando ambientes seguros, afectivos y estimulantes. Esta guía pretende, además, convertirse en un apoyo constante para quienes trabajan en el nivel inicial y primario, ofreciendo herramientas que pueden adaptarse y enriquecerse según las necesidades de cada contexto educativo.

Más que un compendio de actividades, la obra busca inspirar una práctica pedagógica que valore el movimiento como un lenguaje de expresión, descubrimiento y crecimiento. Que cada propuesta aquí planteada se convierta en una oportunidad para que los niños vivan experiencias significativas, disfruten aprendiendo y desarrollen plenamente sus capacidades. Como valor agregado, esta guía nace del trabajo comprometido de estudiantes de Educación Física y del docente del área, como resultado de una inquietud formativa surgida directamente desde el aula universitaria.

Este carácter colaborativo y académico le otorga un significado especial, pues refleja el espíritu de construcción colectiva, reflexión crítica y vocación pedagógica que caracteriza al Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), reconocido como la casa de los docentes por excelencia en la República Dominicana. Con esta obra, reafirmamos nuestro compromiso con una Educación Física de calidad, sensible, innovadora y altamente humana, al servicio de una infancia que merece crecer con bienestar, alegría y oportunidades para alcanzar su máximo potencial.

Dr. Miguel Israel Bennasar-García

INTRODUCCIÓN

La Educación Motriz y la Educación Física en edades infantiles constituyen pilares fundamentales para promover un desarrollo integral que abarque las habilidades motrices y las dimensiones cognitivas, sociales y emocionales, en el que los niños exploren el mundo, fortalezcan su identidad, construyan aprendizajes significativos que los acompañarán durante toda su vida.

La guía didáctica se concibe como un recurso que integra fundamentos teóricos, estrategias didácticas y modelos de aplicación práctica para orientar al docente en la planificación y ejecución de experiencias corporales de calidad. Se organiza en tres partes y diez capítulos que articulan los aspectos esenciales de la formación motriz infantil desde una visión pedagógica actualizada y coherente:

La primera parte, **Desarrollo de habilidades perceptivo-motrices**, que analiza en tres capítulos los fundamentos del desarrollo motor infantil y describe como los niños construyen habilidades como coordinación, equilibrio, orientación espacial y control corporal. De igual manera, ofrece actividades prácticas que permiten estimular estas capacidades dentro de un entorno seguro, motivador y afectivo.

La segunda, **Recursos didácticos en educación física infantil**, presenta estrategias, dinámicas y materiales que fomentan clases creativas, participativas y accesibles. Incluye propuestas con pelotas, cuerdas, aros, materiales no convencionales y recursos del entorno escolar, adaptables a los diferentes niveles de desarrollo, distribuidos en cuatro capítulos.

La tercera parte, **Diseño de sesiones de educación física infantil y actividades motrices saludables**, distribuida en tres capítulos proporciona modelos de planificación, ejemplos de sesiones completas y orientaciones para estructurar actividades que promuevan el bienestar físico y emocional. El fin es ofrecer herramientas prácticas que fortalezcan el trabajo docente y favorezcan estilos de vida activos desde la infancia.

La guía didáctica pretende ser un instrumento de apoyo cotidiano para los docentes, ofreciéndoles propuestas que puedan ajustarse a su realidad educativa y que inspiren prácticas centradas en la niñez y en la riqueza de aprender a través del movimiento. Se aspira a motivar e impulsar a los educadores a apreciar aún más la

importancia de la educación motriz en las edades tempranas, resaltando su valor para el desarrollo integral. Se busca que cada experiencia motriz se convierta en un espacio de exploración, alegría y aprendizaje significativo, donde el movimiento sea una oportunidad de crecimiento pleno para cada niño.

PRIMERA PARTE
DESARROLLO DE HABILIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES

I.INTERACCIÓN ENTRE PERCEPCIÓN Y MOVIMIENTO EN EL DESARROLLO INFANTIL

Juan José Galán Delgado[1]

La percepción, definida como “el mecanismo individual que realizan los seres humanos que consiste en recibir, interpretar y comprender las señales que provienen desde el exterior, codificándolas a partir de la actividad sensitiva” (Arauz et al., 2022, p. 155). A su vez el Instituto de Rehabilitación Neurológica de Madrid brinda la siguiente definición: es el hecho de utilizar lo que llega a través de los órganos de los sentidos desde el exterior o desde nuestro propio cuerpo y darle un sentido, es decir, es la acción que nos permite relacionarnos con nuestro entorno (Irneuro, 2017).

Comprendiendo la percepción como la recepción de información sobre nuestro entorno este último concepto la acerca al movimiento, mostrándola como la base a partir de la cual se produce la acción. De ahí que el objetivo de este capítulo es analizar la interacción entre la percepción y el movimiento en el desarrollo infantil.

Función de la percepción para la actividad motriz

La percepción ha sido vinculada constantemente a la actividad motriz por su sincronía e influencia evidente en el desarrollo de estas habilidades en los niños, muchos autores se han dado la tarea de investigar lo que sucede detrás del movimiento y cuál es la relación existente entre la percepción como tal y la motricidad en los infantes y adultos.

Uno de estos fue Piaget, quien en su tesis identificó la acción como predecesora de la percepción, para él autor los niños primero se mueven el espacio y descubren objetos otorgándoles un significado o un valor. Un niño conoce el peso de un objeto por medio de la experiencia al manipularlo, una información que no puede recibir de otra forma por sí mismo (Piaget, 1972).

Por otra parte, Gibson sugiere todo lo contrario, para él, los niños primero observan el objeto o espacio y esto les permite planificar sus acciones de acuerdo con sus dimensiones, dependiendo de la información recibida por medio de la

[1] Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, República Dominicana. 202410037@issu.edu.do. https://orcid.org/0009-0008-6095-7302

percepción, el niño tendrá una idea con respecto a qué dirección moverá sus extremidades o todo el cuerpo (Gibson,1979).

Este punto de vista indica que la percepción cuenta con un papel significativo en el desarrollo de la motricidad física en los niños, el ejemplo es claro al ver personas invidentes que hasta un punto pueden caminar con normalidad, pero cuando se le exige correr en un área desconocida para él se verá imposibilitado de hacerlo sin ayuda. De esta manera se puede decir que la percepción del espacio de las diferentes maneras le brinda a los niños un grado de autonomía para su lograr su desarrollo físico.

Uno de los principios postulados por Gibson plantea que la percepción existe como guía de la acción. Sugiriendo que la función principal de la percepción no consiste en brindar información sobre la descripción de un objeto, en su lugar propone que su papel está más direccionado a guiar la conducta motriz de la persona en base a las dimensiones de tal objeto. Es decir que el niño planifica sus movimientos con antelación basándose en la información percibida a través de sus sentidos.

Pero no quiere decir que para Gibson la percepción se superponga a la acción, para entender este punto se podría decir que la percepción sin movimiento está estancada, por lo que el niño necesita moverse para ampliar su visión del entorno y los objetos que les rodean. De esta manera, se forma una dinámica de complementación entre la acción y la percepción, de modo que debemos percibir para movernos, pero también debemos movernos para ampliar nuestra percepción.

Para entender el desarrollo de la percepción es meritorio tomar en cuenta la influencia de las habilidades motrices y de igual manera para entender el avance en el desarrollo de la motricidad en los niños es imprescindible el conocimiento acerca de la percepción, retornando de nuevo a la idea del circuito que estos forman (Bertenthal y Clifton,1998) citado en Valero-García et al,2011). Tomando en cuenta que la percepción mejora con la experiencia y que los cambios en la ejecución del movimiento brindan al niño la oportunidad de percibir su entorno de una manera distinta. Ambas dimensiones están interconectadas y se han notado conexiones desde los cuatro meses de edad, cuando el bebé empieza llevarse las manos a la boca y poder mantener la cabeza erguida sin dificultades mayores.

Las teorías de Piaget y Gibson han sido dos de las principales respuestas para lograr entender la posible unión que existe entre percepción y movimiento,

consiguiente a ellos, otros espacios han intentado ampliar en este tema con el fin de dar una nueva explicación. Desde el punto de vista neurológico se le ha querido dar una respuesta a esta relación, David Marr en 1982, es un neurocientífico británico postula que la percepción es un ente pacífico en la efectuación del movimiento, donde el comportamiento externo de los sujetos no cumplen un papel de gran importancia como se ha creído, los sentidos se reducen a una tarea de procesamiento de la información, mientras que es la representación de esa información la que será utilizada para la toma de decisiones en las acciones del niño (Goodale y Humphrey, 1998).

Las aproximaciones del procesamiento de la información han postulado que existe un flujo de información proveniente de la percepción que no se refleja en las acciones de la persona, de este modo abriendo una brecha hacia la idea de que este dominio se encuentra segmentado y que para efectuar un movimiento se utiliza una parte de la información, mientras que otros aspectos son ignorados (Hommel et al, 2001). La idea es que existe una selección de información perceptiva donde se escogen los datos relacionados al medio útiles para la acción como los son la ubicación y las dimensiones, al mismo tiempo que se ignoran otros detalles recibidos como el color o el nombre de los objetos.

Esta teoría se fortalece con los aportes de dos investigadores, que plantean que la trayectoria visual en el córtex cerebral se canaliza a través de dos vías desde el córtex visual primario: la corriente dorsal, con proyecciones al córtex parietal posterior y la corriente ventral, la cual envía información al córtex temporal inferior (Ungerleider y Mishkin, 1982).

En base a sus estudios la corriente dorsal transporta la información que servirá para guiar el movimiento; mientras que la corriente ventral se ocupa de la información que se utilizará para definir y clasificar los objetos asignándoles un significado y una función. Ambas corrientes trabajan en conjunto llevando datos sobre la estructura y ubicación espacial acerca de lo que rodea al niño, facilitando un comportamiento acorde dependiendo de las características del medio.

En un estudio acerca de la relación entre percepción y acción en el comportamiento de niños pequeños, se encontró que entre niños de año y medio hasta dos años y medio cometían errores constantes cuando se trataba de utilizar la información vinculada a los objetos, errores como intentar realizar acciones con

objetos basados en su descripción y funcionalidad, sin tomar en cuenta sus dimensiones físicas al intentar sentarse en una silla de una casa de muñeca (DeLoache et al, 2004). Sus errores dan indicios de problemas en el entrelazamiento de la información percibida al efectuar la acción.

Los autores sugieren que estos errores se dan cuando la información de la identidad de un objeto (sistema ventral) no se integra con la información sobre sus dimensiones físicas (sistema dorsal). Es decir que los niños necesitan de capacidades cognitivas que les permitan tomar ambas informaciones en cuenta para efectuar un movimiento sincronizado con su espacio y los objetos presentes.

El dominio de estas habilidades y manejo de información requiere de experiencia donde los niños puedan reconocer la información relevante para la acción dada por la percepción y utilizarla al realizar sus movimientos. Se ha evidenciado que los niños presentan un desarrollo cognitivo mayor al que se esperaba que un niño tuviera hace unas décadas, este aceleramiento se refleja de igual manera en la habilidad de dominar la relación entre la percepción y el movimiento.

Se ha compartido esta idea, al expresar que a pesar de que los niños no puedan realizar ciertas actividades por cuestiones de desarrollo cognitivo, sí es notoria una flexibilidad que les permite dominar ciertas habilidades y controlar sus movimientos a edades mucho más tempranas que las descritas en libros de literatura clásica (Corbetta et al, 2008).

Rol de la percepción en el desarrollo de habilidades motrices

El desarrollo correcto de las habilidades motrices en los seres humanos ha de considerarse imprescindible, por el hecho que estas son habilidades en específico lo que permite interactuar de manera activa con el mundo y son tan necesarias porque abarcan todos los movimientos, desde los que hemos asimilado como propios del hombre, tales como caminar o saltar, hasta otros más complejos como trepar una montaña o montar en bicicleta.

La etapa de educación primaria constituye el momento más propicio para identificar y potenciar su desarrollo en los estudiantes, ya que en esta edad los niños presentan un alto nivel de flexibilidad y sus cuerpos tienen la capacidad de asimilar nuevos movimientos y acciones, logrando que, a través de la práctica y la repetición, se conviertan en procesos naturales (Boza y Charchabai, 2022).

Considerando lo predecible que pueden ser los estudiantes en estas edades, los docentes de Educación Física pueden elaborar estrategias en las cuales se estimulen las habilidades motrices y la percepción en conjunto, gracias a la cercanía que tienen ambos aspectos del desarrollo humano. Es conocido que cuando se exponen a los niños al exterior para realizar ejercicios o dinámicas con vistas al desarrollo de sus habilidades físicas, la percepción se ve involucrada de manera directa por el hecho de que es gracia a esta capacidad que los estudiantes pueden desplazarse o realizar movimientos de manera segura.

Si a estos ejercicios se les agrega la intención de optimizar el desarrollo de sus sentidos, como pistas de obstáculos donde los estudiantes deben desplazarse corriendo, realizando saltos y esquivando objetos; entonces se logrará un resultado mayormente beneficioso para los estudiantes por el hecho de que estará estimulando ambos conjuntos de habilidades que les son útiles y necesarias para acciones de la vida diaria.

Aunque la percepción se pueda ver como algo secundario en el desarrollo de habilidades físicas básicas, se las describe como las capacidades perceptivas que constituyen la base de las motrices fundamentales, debido a que su desarrollo proporciona a los individuos los recursos necesarios para ejecutar con conciencia sus acciones motoras y ajustarlas a las distintas demandas del entorno, resaltando la importancia de involucrar el desarrollo de las perceptivas para poder obtener un mayor resultado con las demás habilidades (Cuervo et al, 2022). Las capacidades perceptivo-motrices se pueden optimizar por medio de ejercicios de lateralidad, equilibrio o corporalidad.

Coordinación segmentaria. No se puede desarrollar el tema de la relación existente en la percepción y la motricidad sin hacer alusión a la coordinación, debido a que de esto se trata, de cómo el individuo coordina sus sentidos con la actividad física. Es prudente aclarar a que se refiere exactamente la coordinación segmentaria, definida como el control neuronal de diferentes grupos musculares para sincronizar y ejecutar acciones en momentos precisos y bajo buen control (Contreras, 2021). Entendiendo entonces que se refiere a cuando dos o más partes del cuerpo trabajan en conjunto de manera armoniosa y precisa para realizar una actividad. Específicamente la parte segmentaria se refiere a cuando este trabajo en equipo se

realiza por segmentos, que a su vez puede ser para manipular un objeto tal como pelotas, bates o herramientas.

La coordinación segmentaria se divide en dos fases: (a) coordinación óculo-manual y (b)coordinación óculo-pédica. La primera se desarrolla cuando existe una sintonía entre los ojos y las mano; mientras que la segunda se basa en el trabajo en equipo entre la vista y los pies. Recapitulando, cuando se habla de la vista, al mismo tiempo, se está haciendo alusión a la percepción, la conexión entre la visión y las extremidades es lo que permite al estudiante desarrollar sus habilidades motrices, además de su utilidad en la práctica de deportes.

Si se analiza la presencia de esta fusión en los diferentes deportes, el resultado sería que en todas las actividades deportivas se encuentra la coordinación segmentaria, en unos casos resalta más la parte óculo-manual, como en el baloncesto cuando el practicante manipula el balón con las manos realizando regates y tiros y en otros es más presente la óculo-pédica, tal como en el fútbol, donde el jugador debe conducir, controlar y tirar el balón a portería con los pies.

Los estudiantes de primaria deben ser expuestos constantemente a actividades lúdicas donde puedan estimular y avanzar en el refinamiento de la coordinación segmentaria, una buena oportunidad son los juegos predeportivos, donde el docente puede desarrollar situaciones de aprendizajes en las que los niños puedan entender la importancia que recae en tener una coordinación correctamente desarrollada y su utilidad más allá de la clase de educación física.

Pero se debe tener presente que estos contenidos solo son parte del diseño curricular a partir de quinto grado de educación primaria, por lo que en los grados anteriores el profesor debe introducir la coordinación óculo-manual y óculo-pedal en el desarrollo de otros temas, para que cuando lleguen al segundo ciclo los estudiantes tengan una base en la que el docente puede afianzarse para una aplicación efectiva de las actividades más complejas como los juegos predeportivos.

Orientación espacial. Una vez entendida la conexión directa que existe entre la percepción del estudiante y los movimientos que efectúa, el siguiente punto al que lleva es a la orientación espacial, definida como “La competencia que involucra establecer diferentes posiciones en el espacio y operar con estas; incluye la propia posición y sus movimientos, además, las posiciones de otras personas o de objetos, representadas en mapas y coordenadas” (Zapateiro-Segura et al (2018).

Una vez que el niño recibe la información proveniente de su percepción del entorno, deberá procesarla o decodificarla para así entender el espacio donde se encuentra para poder realizar un movimiento de forma segura, acción que logrará con facilidad al desarrollar su orientación espacial.La función de la orientación espacial del cuerpo se lleva a cabo en la parte posterior del cerebro, conocida como el cerebelo, lo que lleva por una vez más a entender que el trabajo a realizar sobrepasa la barrera de lo físico.

Para lograr un buen desarrollo en esta habilidad en los niños se debe poner una especial atención al desarrollo cognitivo de cada estudiante, debido a que si un estudiante presenta alguna necesidad específica de apoyo educativo (NEAE) su cerebelo puede verse comprometido y representar una barrera en la correcta aplicación y entendimiento de la información acerca de su entorno, esto a pesar de que el estudiante se encuentre en óptimas condiciones físicas.

Currículo Dominicano

En el diseño curricular de la República Dominicana se le da un énfasis especial al desarrollo de la coordinación entre la percepción y la actividad motriz, desde el primer grado de nivel primaria hasta sexto grado de nivel secundaria, en cada uno de los años escolares se deben desarrollar estos temas, que unen los dos conceptos tratados en esta primera parte de la guía didáctica, tales como el esquema corporal. El cuerpo: imagen y percepción o la coordinación motriz.

Como todas las habilidades que el ser humano puede realizar, su coordinación y orientación espacial también deben ser desarrolladas de manera eficaz durante la etapa de la infancia, motivo por el cual en el diseño curricular la ubicación espaciotemporal es de los temas que encabezan la lista de contenidos desde el 1º grado de nivel primaria y continua presente durante todos los grados de manera directa en su mayoría.

A raíz de esto el docente de educación física debe tener presente la importancia de diseñar e implementar actividades que estimulen esta zona de desarrollo en los niños. El juego dirigido es una herramienta clave, la cual puede y debe ser utilizada como medio para exponer a los estudiantes a situaciones donde se vean en la necesidad de estimular el cerebelo de una manera que para ellos sea dinámica y divertida.

Actividades para el desarrollo de la motricidad por medio de la percepción.

A lo largo de esta guía el lector podrá encontrar un número de actividades lúdicas y predeportivas, las cuales podrá integrar a sus clases con el fin de lograr el óptimo resultado en sus estudiantes. A continuación, se muestran una serie de juegos y actividades que un docente de educación física puede implementar en sus clases de primaria para desarrollar la coordinación entre la percepción y la motricidad.

Nombre: La vuelta al mundo.

Objetivo Desarrollar la coordinación segmentaria (óculo-manual).

Descripción

Los estudiantes se dividen en tres hileras con un balón cada uno, delante de ellos se colocan cuatro conos en cada hilera a una distancia aproximada de un metro y medio entre cono y cono. Los estudiantes deben guiar el balón con las manos sin levantarlo del piso en línea recta en dirección a los conos y buscar la forma más factible y fácil de dar una vuelta con el balón a cada uno de los conos, al llegar al final y darle la vuelta al último cono, el estudiante podrá levantar el balón con las manos y llevárselo al compañero que debe continuar, quien será ahora la cabeza de la hilera.

Normas

-Los estudiantes deben conducir el balón solo con las manos.

-El balón solo se puede levantar al terminar y haber dado la vuelta al último cono.

Nombre Foot-bowling

Objetivo Desarrollar la coordinación segmentaria (óculo-pedal).

Desarrollo Los estudiantes se dividen en dos equipos con igual número de participantes y deben hacer zigzag por el medio de conos consecutivos ubicados delante de ellos, al llegar al final tomarán un balón y deberán patearlo simulando un tiro a portería para intentar golpear un cono ubicado a una distancia aproximada de 4 metros, independientemente de si lo golpea o no, el estudiante irá al final para buscar el balón del siguiente jugador y ponerlo en el lugar de salida. (El balón del primer jugador lo puede buscar el docente o un voluntario).

Normas

-Se considera punto si el balón golpea el cono.

-El balón debe patearse desde el punto marcado.

-El balón debe golpearse con los pies.

-El estudiante debe hacer zigzag a través de todos los conos.

-Gana el equipo que más punto consiga.

-La actividad concluye cuando todos los estudiantes hayan tenido dos oportunidades o cuando se cumpla el tiempo previamente establecido.

Nombre Caminando a Ciegas

Objetivo Desarrollar la ubicación espacial.

Desarrollo Este juego consta de una cuadrícula de 8 x 8 dibujada en el piso o sobre un tapete, nueve obstáculos que simbolizan barreras que impiden el paso, y un banderín que representa la meta (figura 1).

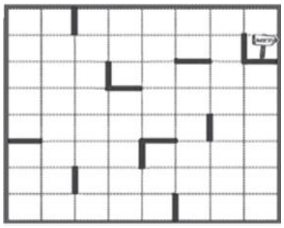


Figura 1 Cuadrícula juego uno

Fuente: Zapateiro-Segura et al (2018)

El juego comienza con la observación de un trayecto, planeado y ejecutado por el director del juego, es decir el docente, a partir de la posición personal (figura 2). Posteriormente, el trayecto debe ser reproducido por los jugadores, primero con los ojos abiertos (figura 3) y luego con los ojos vendados (figura 4).

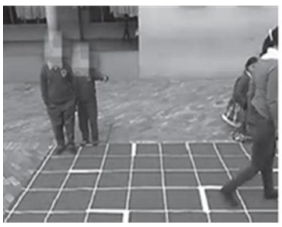


Figura 2 Observación trayecto

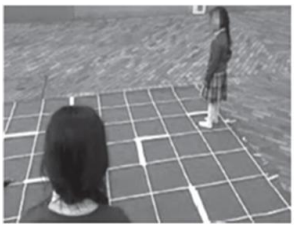


Figura 3 Trayecto-ojos abiertos

Figura 4 Trayecto-ojos vendados

Fuente: Imágenes extraídas de Zapateiro-Segura, et al. (2018)

Las trayectorias se realizan caminando en línea recta, sin avanzar por diagonales, hasta encontrar algún obstáculo, o hasta llegar a un borde externo de la cuadrícula. Cuando se llega a un obstáculo o a un borde externo, se debe detener el movimiento y girar 90° para tomar una nueva dirección. Este proceso se repite tantas veces se requiera para llegar a la meta. (ver ejemplos de trayectos en la figura 5). Durante el recorrido, se requiere describir en voz alta los movimientos y direcciones que se van tomando. Ejemplo, "giro a la derecha", "avanzo de frente hasta el

obstáculo y giro hacia la izquierda". Gana un punto quien reproduzca la trayectoria correctamente con los ojos abiertos y con los ojos vendados.

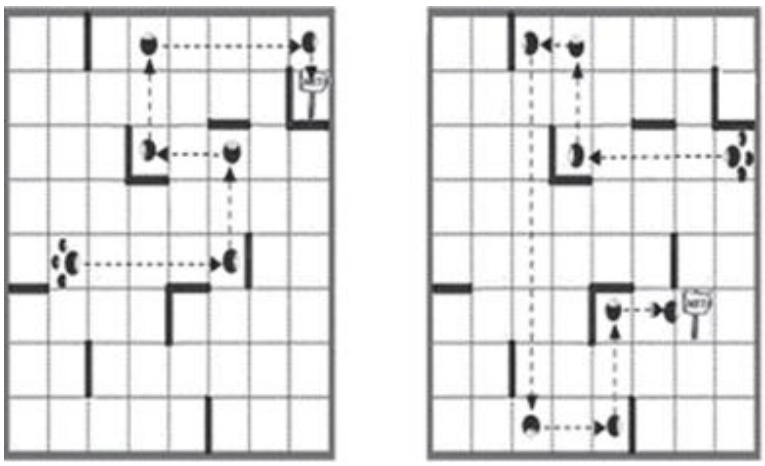


Figura 5 Ejemplos de trayectorias del juego Caminando a Ciegas. (Extraída de Zapateiro-Segura, et al. (2018)

Durante el juego es importante que el docente promueva la identificación de relaciones de dirección y distancia, para que los estudiantes puedan orientarse y describir movimientos, desde el punto de vista de su posición personal. Caminando a Ciegas contribuye al desarrollo del nivel de ubicación espacial y trayectoria intuitiva, debido a que se requiere identificar la posición personal en el espacio de juego, con respecto a la ubicación del banderín y los obstáculos.

A través de la observación, los estudiantes pueden retener la ruta y construir claves externas, con respecto a un punto de referencia (el jugador mismo), la distancia estimada a los objetos (lejanía o cercanía) y la dirección (izquierda, derecha, adelante o atrás). Cuando los estudiantes reproducen con los ojos abiertos la trayectoria observada, construyen evocaciones mentales con base en la propia posición y sus movimientos (claves internas), registrando distancias aproximadas y direcciones, que pueden ser útiles a la hora de reproducir el trayecto con los ojos vendados.

El desarrollo infantil se fundamenta en la estrecha interacción entre percepción y movimiento, dos procesos que se complementan y potencian mutuamente desde los primeros meses de vida. A través de la percepción, los niños interpretan los estímulos del entorno, lo que les permite planificar y ajustar sus movimientos de manera consciente y coordinada; mientras que mediante el movimiento exploran, experimentan y amplían su capacidad perceptiva. Esta relación bidireccional constituye la base del aprendizaje motor y cognitivo, ya que cada acción física está

precedida y guiada por una percepción sensorial que orienta las respuestas corporales.

En este sentido, comprender la interacción entre percepción y movimiento permite al docente de Educación Física diseñar experiencias motrices significativas, que fortalezcan la coordinación y la orientación espacial y favorezcan el desarrollo integral del niño, estimulando sus capacidades cognitivas, emocionales y sociales a través del movimiento.

Referencias

Arauz, J. S. F., Gavilanes, J. P. V., Alemán, E. M. S., y Jimenez, K. J. C. (2022). *La percepción, la cognición y la interactividad.* Recimundo, 6(2), 151-159. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8410245

Boza, J. G y Charchabal, D. (2022). Actividades lúdicas para desarrollar habilidades motrices básicas en estudiantes de Educación Física. *Ciencia y Deporte*, *7*(2), 46-61.http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2223-17732022000200046&lng=en&nrm=iso&tlng=es

Corbetta, D., Williams, J. y Craddock, B. (2008, March). *Selecting appropriate movements to reach along the sides of an obstacle.* Poster session presented at the XVI International Conference on Infants Studies. https://infantstudies.org/wp-content/uploads/2015/12/2008-ICIS-Program-Book.pdf

Contreras Rolón, I. A. (2022). *Desarrollo de la coordinación segmentaria mediante juegos recreativos en los niños del grado segundo de la Institución Educativa San Juan Bosco* (Proyecto de grado). *Universidad* De Pamplona. http://repositoriodspace.unipamplona.edu.co/jspui/handle/20.500.12744/7547

Cuervo, J. J., Zapata, M. L., Montoya, E y Gonzáles, E. V. (2022). Producción científica en la temática de las Capacidades Perceptivo Motrices entre los años 2007 – 2021. *RPCAFD.* Rev.peru.cienc.act.fis.deporte. 9(2), 1434-1445 [Documento en PDF]. https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9155792.pdf

DeLoache, J.S., Uttal, D.H. y Rosengren, K.S. (2004). *Scale errors offer evidence for a perception-action dissociation early in life*. Science, 304, 1027-1029. https://doi.org/10.1126/science.1093567

Gibson, J.J. (1979). *The ecological approach to visual perception*. Houghton Mifflin. https://www.semanticscholar.org/paper/The-Ecological-Approach-to-Visual-Perception-Gibson/4971bec3386a33fa6c3850abf3d358e7143dff8b

Goodale, M.A. y Humphrey, G.K. (1998). *The objects of action and perception*. Cognition, 67, 179-205. https://doi.org/10.1016/s0010-0277(98)00017-1

Hommel, B., Müsseler, J., Aschersleben, G y Prinz, W. (2001). *The theory of event coding: A framework for perception and action planning*. Behavioral and Brain Sciences, 24, 849-937. https://doi.org/10.1017/S0140525X01000103

Irneuro, A. (2017). *Percepción y Movimiento*. Irneuro.es. https://irneuro.es/percepcion-y-movimiento/

Piaget, J. (1972). *El nacimiento de la inteligencia en el niño*. Aguilar https://www.scribd.com/document/465708598/PIAGET-El-nacimiento-de-la-inteligencia-en-el-nino-Sel-de-Introd-y-pto-5

Ungerleider, L.G. y M. Mishkin (1982). *Two cortical visual systems*. In D.J. Ingle, M.A. Goodale y R.J.W. Mansfield (Eds.), Analysis of Visual Behavior (pp. 549-586). MIT Press. https://doi.org/10.1016/0166-2236(83)90190-X

Valero-García, A. V., Olmos, M & Carranza, J. A. (2011). *Revisión sobre las relaciones entre percepción y acción en la infancia.* Anales de Psicología, 27(2), 399-404. https://www.redalyc.org/pdf/167/16720051016.pdf

Zapateiro-Segura, J. C., Poloche-Arango, S. K & Camargo-Uribe, L. (2018). Orientación espacial: una ruta de enseñanza y aprendizaje centrada en ubicaciones y trayectorias. Tecné Episteme y Didaxis TED, 43, 119–136. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-38142018000100119

II. JUEGOS PARA FORTALECER LA LATERALIDAD Y LA COORDINACIÓN

Winifer Destiny Sandoval Reyes[2]

Los agentes involucrados en los espacios educativo deben tener claridad en su finalidad como proceso continuo que capacita al ser humano para vivir de manera íntegra en sociedad, equilibrando los valores humanistas como el respeto, la responsabilidad, la empatía, la justicia y el amor con el desarrollo motor de los estudiantes. Se busca alcanzar una educación de calidad que considere la realización de juegos educativos que presten atención al desarrollo físico, cognitivo, emocional y social de personas en formación, logrando que desde su primeras etapas de vida alcance un desarrollo integral efectivo acorde a su tramo de crecimiento.

Educación física y desarrollo motriz

La educación física es un campo pedagógico y didáctico que orienta el desarrollo integral del ser humano a través del movimiento, promoviendo la formación de competencias motrices, cognitivas, afectivas y sociales. Su finalidad no se limita a la mejora de la condición física, sino que busca generar experiencias significativas que fortalezcan la autonomía, los valores, la salud y la capacidad de interacción con el entorno, contribuyendo así a la construcción de una vida activa, consciente y saludable.

La educación física se concibe como una disciplina pedagógica y didáctica esencial que promueve el desarrollo integral del estudiante, integrando dimensiones motoras, cognitivas, afectivas y sociales dentro de su formación. Esta perspectiva destaca su valor como fundamento para fortalecer las habilidades motrices y fomentar una praxis educativa transformadora (Bennasar- García y Peña, 2022).

La educación física favorece el crecimiento global del individuo mediante una formación amplia del movimiento orientada a la vida, lo cual es posible porque cada persona experimenta y desarrolla este proceso desde su hacer, sentir y pensar, tanto en interacción con los demás como consigo mismo. Se manifiesta a través de actividades como el juego, la danza, el deporte y otras prácticas que exigen la

[2] Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, República Dominicana. 202330492@issu.edu.do. https://orcid.org/0009-0003-7555-2061

aplicación de habilidades motrices, patrones de movimiento fundamentales y, en ocasiones, destrezas motrices específicas (Nova y Peña, 2020). Para alcanzar la educación de calidad en los espacios educativo es conveniente la promoción del desarrollo integral infantil a través de la educación física, considerada una disciplina pedagógica encargada de la educación del cuerpo a través del movimiento.

La educación física y la educación motriz mantienen una estrecha relación donde la primera actúa como disciplina integral que fomenta el desarrollo motor a través de actividades físicas; mientras la segunda "se define como la educación general basada en la actividad corporal y que desarrolla los aspectos fundamentales de las capacidades motrices en relación con el desarrollo evolutivo en general" (Esteves et al, 2018, p. 162), la cual busca que el individuo desarrolle, mejore o aplique los movimientos aprendidos en sus etapas de vida.

Conociendo que la educación física es una disciplina fundamental en los espacios educativos para la promoción del desarrollo integral del infante, es necesario implementar estrategias didácticas como el juego que ha tenido diversas definiciones desde las perspectivas de diversos autores que coinciden en que el juego favorece el desarrollo del ser humano por medio de la diversión, el movimiento, el respeto hacia los demás y la interacción con el entorno que le rodea.

El Juego como actividad de desarrollo humano

El juego es una actividad elemental en el desarrollo humano que surge de manera espontánea desde los primeros años de vida de manera divertida, libre y placentera. Esta estrategia es una de las más importantes para impactar la formación de los infantes, puesto que, los mismo por naturaleza sienten motivación para jugar, lo que permite que el docente seleccione distintos tipos de juegos acordes a los contenidos presentados en la adecuación curricular, facilitando así el desarrollo efectivo de las competencias en los estudiantes.

Sin cierto desarrollo de una actitud lúdica, ninguna cultura es posible donde el juego es como una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados con un orden propio. El juego ayuda a la formación y el fortalecimiento del espíritu de los jugadores, permitiéndoles crear nuevos escenarios, potenciando su creatividad y ayudándoles a conocer el mundo (Huizinga, 1938).

Psicólogos y pedagogos entienden el juego infantil como una actividad física y mental que impulsa el desarrollo integral, por lo cual es un valioso instrumento para el crecimiento del infante. El juego es una actividad natural y espontánea del niño que facilita el aprendizajes, siendo un instrumento importante en el día a día del aula para explorar, manipular y experimentar, facilitando el desarrollo integral del niño. De tal manera que el docente puede utilizar esta estrategia para mantener el interés y la motivación de los estudiantes en el procesos de aprendizaje favoreciendo el desarrollo de las habilidades cognitivas y motrices (Arija, 2021).

Es fundamentar conocer las características del juego para entender su importancia. Desde las primeras etapas de la vida, el juego se caracteriza por promover la libertad y la voluntariedad, pues permite al niño elegir y participar en actividades lúdicas de acuerdo con sus propias motivaciones, sin imposiciones externas (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, UNICEF, 2018). Esta práctica, presente en todas las culturas, surge de manera natural en la infancia durante la exploración del entorno, sin requerir explicaciones previas para desarrollarse. Constituye una experiencia gratificante que favorece el disfrute y aporta beneficios directos a la salud física, al tiempo que estimula el desarrollo de habilidades motrices finas y gruesas.

El juego implica siempre actividad, bien sea física o psíquica y se convierte en un medio fundamental para la socialización. A través de éste, los niños establecen relaciones con su entorno y con otras personas, fortaleciendo la comunicación y creando vínculos afectivos significativos. En este sentido, se erige como el principal motor del desarrollo infantil, debido a que potencia el crecimiento integral del niño en las dimensiones motriz, cognitiva, afectiva y social, consolidándose como una práctica indispensable para su formación y bienestar.

Tipología del juego. El juego ha sido clasificado de distintas maneras de acuerdo con diferentes autores. La clasificación del juego según Jean Piaget está fundamentada en su estructura a partir de la evolución genética cognoscitiva del niño. Los comportamientos pueden convertirse en juego cuando se repite por asimilación pura, si produce placer, felicidad y armonía, obteniendo dominio de las capacidades motrices mientras experimentan con el mundo (tacto y vista). Este incluye, los mecanismos lúdicos en los estilos y formas de pensar durante la infancia.

Por otra parte, el juego se caracteriza por la asimilación de los elementos de la realidad sin tener que aceptar las limitaciones de su adaptación. El juego infantil es sencillamente producto de la asimilación, haciendo participar como elemento asimilador a la imaginación creadora. Luego de que el niño aprende a agitar, arrojar, balancear y agarrar por el placer y la felicidad de lograrlo lo repite sin que le suponga un esfuerzo de asimilación (Piaget, 1973). Partiendo de esto el juego se clasifica en tres tipos:

Juego de **ejercicio**, con la aparición del pensamiento simbólico (2-4 años), surge la ficción imaginaria y la imagen se convierte en símbolo lúdico. El niño imita y representa objetos mediante otros simbólicos que representa y sustituyen el anterior, produciendo un salto evolutivo desde el plano sensoriomotor al pensamiento representativo.

Juego **simbólico,** a partir de los 2 años cuando el niño tiene acceso al lenguaje y a la capacidad simbólica una forma propia del pensamiento infantil en la que la representación cognitiva y la asimilación se equilibra con la acomodación, en este la asimilación prevalece en las relaciones del niño con el significado de las cosas y hasta en la propia construcción de lo que la cosa significa, se caracteriza por la creatividad, la fantasía, la ficción y la imaginación.

Juego de **reglas**, van a integrar y combinar todas las destrezas adquiridas combinaciones sensoriomotoras o intelectuales con el añadido de y bajo la regularización de un código normativo vinculado a la naturaleza del propio juego y por simples pactos puntuales e improvisados. Juegos de **construcción**, se da junto con los otros tipos de juego en todas las edades, aunque varía la dificultad y la finalidad en función del desarrollo del niño. Se caracteriza por la manipulación de elementos que toman formas distintas.

Parlebas propone una clasificación de los juegos y deportes basada en los aspectos intrínsecos de la conducta humana. El juego se divide en dos categorías: Juegos **psicomotores,** el individuo participa de manera autónoma sin necesidad de interactuar con otros participantes. Juegos **sociomotores** implica una interacción directa entre los participantes requiere interpretar y responder al comportamiento de los demás.

Dentro de esta categoría se distinguen tres subtipos; juegos de **cooperación**, se trabaja en conjunto con un objetivo común por medio de la comunicación activa;

juegos de **oposición**, los participantes se enfrentan, el éxito de uno depende de la derrota del otro generándose una relación de contra comunicación y juegos de **cooperación y oposición**, se enfrentan dos equipos en el cual cada jugador reconoce a sus compañeros y a sus adversarios estableciendo relaciones de comunicación y contra comunicación (Parlebas, 2008 citado en Valdivia-Moral et al, 2020).

Funciones e importancia del juego. El juego se utiliza para transmitir parte de las culturas de generaciones en generaciones, desarrollar las capacidades de comunicación, expresar las emociones y conocer la identidad de sí mismo. Cumpliendo el juego con ciertas funciones se reconoce que es importante para el desarrollo infantil dentro de su relevancia se puede mencionar que resulta de una actividad creativa natural que permite el desarrollo motor de los infantes, liberar energías y favorece el desarrollo de las capacidades motoras, cognitivas, afectivas y sociales e impulsa el aprendizaje significativo de los estudiantes por medio la creatividad, la experimentación y la diversión.

El juego contribuye a la formación del desarrollo cognoscitivo de los infantes mediante esquemas de acción, la representación de imágenes mentales y la socialización entres jugadores. Siendo la actividad lúdica una de las estrategias didácticas más impactantes en los procesos de docencia y aprendizaje, puesto que, por medio de su aplicación en los espacios educativos se trabaja el fortalecimiento de la lateralidad y coordinación de los estudiantes.

Lateralidad y Coordinación

La lateralidad surge a partir de la división longitudinal del cerebro, que separa sus mitades derecha e izquierda, cada una con funciones específicas, mientras un hemisferio se encarga de aspectos relacionados con el razonamiento lógico y la secuenciación de acciones, el otro interviene en procesos creativos y de percepción espacial. La lateralidad representa una de las etapas finales del desarrollo evolutivo del cerebro, relacionada con la especialización funcional de cada hemisferio cerebral.

Esta etapa se manifiesta en la preferencia natural que tiene una persona por el uso de un lado del cuerpo, ya sea el derecho o el izquierdo, lo que influye directamente en la ejecución de movimientos y actividades cotidianas (García, 2007). De esta manera, la coordinación entre ambos hemisferios y la definición de la lateralidad

corporal resultan esenciales para el desarrollo motor y cognitivo del niño, facilitando la realización de tareas que requieren precisión, equilibrio y destreza.

La coordinación es una capacidad motriz que permite realizar movimientos de forma armoniosa, precisa y eficiente, combinando correctamente la acción de diferentes partes del cuerpo para alcanzar un objetivo determinado. “La coordinación motriz es un proceso evolutivo complejo de adquisición progresiva y es capacidad necesaria para el desempeño eficaz en cada una de las acciones del ser humano” (Chaves et al, 2023, p. 3). Es la habilidad que tiene una persona para controlar y sincronizar los movimientos del cuerpo, tanto en actividades simples (como caminar o lanzar una pelota) como en acciones más complejas (como bailar, jugar al fútbol o escribir).

Fortalecer la lateralidad y coordinación de los infantes que son aspectos fundamentales de las fases de crecimientos es uno de los objetivos de la educación física efectiva, por esta razón, a continuación, se proponen una amplia gama de actividades lúdicas que favorecen la identificación de los lados derechos o e izquierdo, así como la coordinación entre la vista y las manos o los pies.

Actividades que fortalecen la lateralidad y coordinación. El objetivo de estas actividades es desarrollar la lateralidad y coordinación al apreciar direcciones y distancias respecto a los otros y a objetos en estático. Realizar de forma autónoma actividades físicas que exijan un nivel de esfuerzo y habilidad. Adelante, detrás… derecha, izquierda 1, 2 y 3. Los estudiantes deben de ser distribuidos por el espacio en hileras a un brazo de distancia de frente para donde el docente. Se elige una persona (estudiante o docente) para que ordene o hacia dónde tienen que ir desplazándose, este puede decir adelante, atrás, derecha, izquierda y giro.

A tu lado. La mitad de los alumnos organizados por parejas, dispersos por el espacio, ocupan una posición de la que no se mueven. La otra mitad, en parejas también, trabajan de la siguiente manera: uno de cada pareja es la liga (alumno 1) y porta un pañuelo; el otro (alumno 2) intenta escapar y no ser alcanzado. El alumno 2, para salvarse tiene que colocarse a la derecha o izquierda de alguna de las parejas fijas. Una vez situado junto a la pareja, el alumno más alejado de él saldrá corriendo. Si el jugador que lleva pañuelo pilla al alumno que huye se intercambian roles.

Mis Huellas. Este juego consiste en que el docente le proporcione a cada estudiante una hoja de papel o tiza para realizar las huellas en la cancha o el piso, luego los organiza en pares. Primero, uno de ellos dibuja la mano derecha de su compañero y luego la izquierda ayudándolo a identificar su lado dominante.

Luego, cambian de pareja en este momento cada estudiante dibuja sus propias manos con la ayuda del compañero quien se coloca delante de él como si fuera un espejo esto tiene como propósito observar que mano alza su compañero e identificar si es la derecha o la izquierda antes de dibujarla en el papel. Esta actividad fortalece la identificación de la lateralidad, refuerza el conocimiento de las partes del cuerpo, el trabajo en equipo y mejora la comunicación efectiva en los espacios educativos.

Golpeos de balón con las manos. Para el desarrollo de esta actividad se necesita balones, el docente le debe proporcionar un balón a cada estudiante y los organiza de manera dispersa en un espacio libre. A los estudiantes se les indican que realicen golpeos hacia arriba con la palma o el dorsal alternando una mano y otra, al realizar el golpeo deben de mencionar en voz alta la mano con la cual están golpeando el balón derecha o izquierda. Luego deben de realizar un recorrido de 20 metros en línea recta ejecutando la misma secuencia de la actividad golpeando el balón y mencionado la mano con la cual lo golpearon mientras se desplazan.

Lanzamiento de balón con las manos. Se organizan los estudiantes en dueto y se le proporciona un balón. Cada uno de los estudiantes deben de estar ubicados frente a su compañero a modo de espejo para lanzar el balón con la mano derecha y atraparlo con la opuesta que es la izquierda. Después de 8 lanzamientos se cambia

la mano de lanzamiento y recepción. Para esta actividad se le recomienda al docente que edite un audio mezclado con música educativa que vaya indicando la mano con la cual van a realizar el lanzamiento y cuando deben de hacer cambio de lanzamiento de esta manera la actividad será más divertida e innovadora.

Carrera de huevo y cuchara adaptado. El docente organiza a los estudiantes en dos hileras y les otorga dos cucharas y dos tapas. El juego consiste en realizar una carrera de relevos en la que cada equipo debe transportar una cuchara con una tapa sin dejarla caer para hacer la actividad más dinámica, el docente les pide a los estudiantes que busquen un nombre a sus equipos.

De cada hilera sale un estudiante con la cuchara en la mano manteniendo el equilibrio de la tapa sobre ella, este debe correr o caminar de manera estable sobre un cartón recto hasta un cono que marca el punto de retorno darle la vuelta y regresar a su equipo. Mientras tanto, el siguiente compañero en la hilera debe levantar un pie y mantener el equilibrio hasta recibir el testigo (la cuchara con la tapa). Si el estudiante que está corriendo deja caer la tapa debe regresar al cono y repetir el trayecto.

El pañuelo con balones. El docente organiza a los estudiantes en dos filas a una misma distancia del centro donde se encuentran dos estudiantes en cada extremo sosteniendo un balón. A cada estudiante se le asigna un número, los estudiantes en el centro son los encargados de decir los números al azar. Cuando se mencione un número los dos estudiantes correspondientes deben correr rápidamente hacia el centro para tomar el balón. Una vez que lo hayan conseguido deben regresar a su fila lo más rápido posible para sumar un punto a su equipo. Las normas del juego son no dejar caer el balón y regresar a la fila con él en mano.

Variante. El docente les indica a los estudiantes que cuando se mencione su número deben de buscar y regresar con el balón a su hilera saltando en un solo pies. Los juegos tradicionales se encuentran dentro de los contenidos de la adecuación curricular de la República Dominicana puesto que permite que el educando conozca

su cultura, valores, identidad y expreses sus ideas de manera efectiva en el espacio en el que se encuentre.

Los juegos tradicionales como aquellos que pertenecen una región o país y que forman parte de la cultura, permitiéndole a los infantes socializar al mismo tiempo en que son educados acerca de las raíces de su pueblo de una manera divertida, agradable y recreativa (Tipanluisa, 2019).

El docente de educación física debe de mantener la motivación de los estudiantes por medio de los juegos tradicionales para alcanzar de esta manera el desarrollo de las habilidades motrices y coordinativas de los estudiantes. De igual manera, el docente puede hacer ciertas modificaciones a las actividades lúdica y recreativas de acuerdo con la intención pedagógica y las competencias que quiere desarrollar en sus estudiantes, esto favorece el nivel de desarrollo de las habilidades motrices de los estudiantes tomando en cuenta las actividades en las cuales los estudiantes muestran motivación diversión e interés al momento de practicarlas.

Por lo general, los juegos tradicionales implican movilidad motriz, coordinación y equilibrio. Algunas formas de expresión corporal tienden a desarrollar habilidades motrices básicas como saltar, correr o caminar. Requieren de gran interacción, pues en su mayoría se llevan a cabo con la participación de dos o más jugadores cuyas reglas son sencillas y fáciles de ejecutar (García-Ramírez y Tarazona, 2022, p. 10).

Las escuelas de la República Dominicana deben de impulsar la práctica del juego en todas las asignaturas debido que las actividades lúdicas permiten que el docente mantenga el interés de los estudiantes en los contenidos plasmado en la adecuación curricular. Durante la actividad lúdica el niño está por encima de su edad, de su conducta, va por delante del desarrollo y adquiere una motivación que favorece tanto el aprendizaje como la participación social. El infante mientras participa en la actividad lúdica desarrolla su creatividad, innovación, coordinación, motricidad y lateralidad (Arija, 2021).

El desarrollo de la lateralidad y la coordinación en la infancia constituye un pilar esencial para la formación integral del ser humano, ya que ambas capacidades

permiten que el niño organice sus movimientos, oriente su cuerpo en el espacio y ejecute acciones con precisión. Los juegos representan un medio ideal para estimular estos procesos, pues combinan el placer del movimiento con el aprendizaje activo, favoreciendo el desarrollo físico, cognitivo y social de los estudiantes.

Por medio de actividades lúdicas bien planificadas, los niños pueden identificar y dominar la diferenciación entre los lados derecho e izquierdo, así como mejorar la coordinación óculo-manual y óculo-podal, necesarias para la ejecución eficaz de tareas cotidianas y deportivas. En este sentido, los juegos fortalecen las destrezas motrices y promueven la creatividad, la cooperación y la autoconfianza, permitiendo que el aprendizaje del cuerpo y del movimiento se convierta en una experiencia significativa, dinámica y formativa dentro del proceso educativo.

Referências

Armero Chaves, P. A., Cuaspa Burgos, H. Y y Guerrero, S. I. (2023). Test de Coordinación Motriz Aplicados al Área de Educación Física: Una Revisión Sistemática de Literatura. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva, 2*(5), 332–366. https://doi.org/10.56200/mried.v2i5.5886

Bennasar García, M. I., y Peña de Jesús, B. A. (2022). Educación Física como fundamento para el fortalecimiento de las habilidades motrices en adolescentes. Implicaciones ontológicas: *Educación Superior,* (33), 85–100. https://doi.org/10.56918/es.2022.i33.pp85-100

García Ramírez, V. N y Tarazona Meza, A. K. (2022). Importancia de los juegos tradicionales para fortalecer el desarrollo psicomotor de los niños de 3 a 5 años. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB-Segunda Nueva Etapa 2.0*, *26*(2), 27–51. https://doi.org/10.46498/reduipb.v26i2.1776

Guterman, T. (2007). *La lateralidad en la etapa infantil*. https://www.efdeportes.com/efd108/la-lateralidad-en-la-etapa-infantil.htm

Huizinga, J. (1950). *Homo Ludens: A study of the play element in culture*. Internet Archive. https://archive.org/details/homoludensstudyo1950huiz

Luis, H. H. J., & De Valladolid Facultad de Educación de Palencia, U. (2021). *El juego como recurso educativo: Teorías y autores de renovación pedagógica.* Universidad de Valladolid. https://uvadoc.uva.es/handle/10324/51451

Nova Bermúdez, J. D. y Peña Linares, D. (2020). *Conciencia de la habilidad motriz al ritmo musical* [Tesis de Grado de Licenciatura]. Universidad Pedagógica

Nacional Colombia. http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/12339/conciencia_de_la_habilidad_motriz_al_ritmo_musical.pdf?sequence=1&isAllowed=y

PIAGET (1961) *La formación del símbolo en el niño*. México: F.C.E.

Tipanluisa, X. (2019). *Los juegos tradicionales en las clases de educación física, en los niños de quinto y sexto año de educación básica de la Unidad Educativa Sagrado Corazón de Jesús de la ciudad de Latacunga*. https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/18599/1/TESIS%20%20M%C3%93NICA%20FIRMAS.pdf

UIDE Extensión Guayaquil. (2018). La importancia de la educación motriz en el proceso de enseñanza de la lectoescritura en niños del nivel preprimaria y de primero. *Revista UIDE, 3*(8), 155–167. https://downloads/Dialnet-LaImportanciaDeLaEducacionMotrizEnElProcesoDeEnsen-6777533%20(1).pdf

Valdivia-Moral, P., Farias-Valenzuela, C., Espoz-Lazo, S., & Zafra, M. S. (2020). La metodología del juego en el área de educación física. *Investigación Educativa e Inclusión: Retos Actuales en la Sociedad del Siglo XXI*, 193-2. https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/63264898/9788413245911_LIBRO_INVESTIGACION_EDUCATIVA_E_INCLUSION_201920200510-1466-m4bjg8-libre.pdf?1590077883=&response-..cOypl01w...pdf

III.FOMENTO DE LAS HABILIDADES PERCEPTIVO-MOTRICES EN DISTINTOS ENTORNOS

Frankelis de Jesús Sese Cáceres[3]

El fomento de las habilidades perceptivo-motrices en distintos entornos es fundamental para el desarrollo integral de los niños, puesto que incluyen la coordinación, el equilibrio y la percepción espacial, son la base para el aprendizaje de movimientos más complejos y la participación en actividades físicas diversas. Por tanto, es importante, brindar oportunidades al niño para explorar y moverse en ambientes variados como patios de recreo, parques, instalaciones deportivas y espacio acondicionados al aire libre, a fin de estimular la adaptación del cuerpo a diferentes superficies, alturas y obstáculos, enriqueciendo así su repertorio motor.

Ante lo planteado, la exposición a diversos entornos fortalece las capacidades físicas y promueve el desarrollo cognitivo y emocional. A través del juego y la exploración activa, los niños aprenden a resolver problemas, a tomar decisiones rápidas y a enfrentar nuevos desafíos, lo cual refuerza su autoconfianza y autonomía. En este sentido, educadores, padres y tutores deben facilitar experiencias variadas que inviten al movimiento, permitiendo que los niños descubran el mundo que los rodea mientras desarrollan una base sólida para un estilo de vida activo y saludable.

Antes de profundizar el marco teórico de este tema es importante conocer la mejora de las habilidades perceptivo-motrices es esencial para el desarrollo y aprendizaje de las personas, dado que les facilita perfeccionar su coordinación, equilibrio y dominio del cuerpo. Luego de indagar se observa que, en diversos contextos, tales como la escuela, el hogar y las zonas de esparcimiento, desempeñan en factor clave en este proceso, ofreciendo lugares y actividades que fomentan estas habilidades de forma dinámica y relevante.

Habilidades perceptivo-motrices

Las habilidades perceptivas motrices son aquellas que permiten al cuerpo humano coordinar los sentidos con los movimientos del cuerpo. En este caso en los niños es de suma importancia el desarrollo de estas, con ella ayuda a manejar el

[3]Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, República Dominicana. 202120003@issu.edu.do. https://orcid.org/0009-0009-3192-7945

equilibrio, la coordinación y la lateralidad. Las habilidades Perceptivo-motrices son aquellas que precisan de un ajuste psico sensorial complejo para su ejecución; y dependen de las habilidades neuromuscular (Vega, 2020).

El desarrollo de estas habilidades requiere la participación integral de todo el cuerpo, lo que evidencia la importancia de estimular tanto el aspecto físico como el mental en los niños, lo que permite que los niños ejecuten tareas en las que puedan colocar en práctica y fortalecer estas habilidades. Las habilidades perceptivo-motrices se reflejan en diversas actividades, como el deporte, la danza o incluso en el ámbito educativo, demostrando que cada movimiento está estrechamente relacionado con la capacidad de interpretar y adaptarse al entorno. Las capacidades perceptivo-motrices fundamentales incluyen: esquema corporal, espacialidad, temporalidad, lateralidad, ritmo, equilibrio y coordinación.

Esquema corporal. Es una imagen que crea nuestro cerebro que está divida por partes lo que da más sentido a los niños de poder interpretar cada función que tiene su cuerpo en sí, esto ayuda a relacionarlo con su entorno y poco a poco conocer cosas nuevas de su propio cuerpo. El esquema corporal es necesario, porque se dice que es semejante a una imagen que tenemos mentalmente del cuerpo, con el cual se transforma en objeto de conocimiento de sí y es de mucha importancia para los niños conocerse a sí mismos (Díaz, 2020).

A partir de la afirmación de este autor, quien señala que el esquema corporal es fundamental porque representa una imagen mental del cuerpo y permite el autoconocimiento, se puede destacar su importancia en el desarrollo infantil. En este sentido, la construcción de la imagen corporal en los niños está vinculada a su percepción y a la manera en que experimentan su entorno. Se ha demostrado que los niños adquieren conocimientos de manera más rápida cuando se involucran en actividades que facilitan la exploración y desarrollo de sus destrezas perceptivo-motrices, dado que estas les proporcionan la posibilidad de conocer su propio cuerpo, perfeccionar su coordinación y robustecer la conexión entre percepción y movimiento.

Espacialidad. Este término hace referencia al lugar o el entorno donde se desarrolle esta temática, es decir el papel que desempeñan las personas entre la interacción y el mismo espacio, esto se refiere principalmente a no limitarse a llegar más allá que solo un centro educativo, puede ser las zonas donde vives o más bien

cualquier espacio que tengas para desarrollar actividades que conlleven a un gasto físico de energía.

No solo alude a la magnitud física de los objetos, sino también a la forma en que los componentes se estructuran y se reparten en un espacio específico, ya sea físico o conceptual (Castro, 2021). Se tienen dos enfoques de este término que son la organización y localización de los elementos en un espacio determinado. Esta visión enfatiza la importancia de la percepción y la estructura en diferentes campos, desde la movilidad hasta el pensamiento conceptual.

Temporalidad. Este término abarca el tiempo, donde se busca el mejor momento para la realización de actividades físicas, desde otro enfoque tener una buena percepción del tiempo ayuda a los niños a desarrollar sus habilidades motrices, la adaptación o dificultad de las actividades permiten a los niños a comprender las circunstancias el ritmo del tiempo. La temporalidad implica la cuantificación del tiempo, así como la manera en que los sucesos se estructuran y evolucionan a través del tiempo, siendo una dimensión esencial en la vivencia humana y en la comprensión de la realidad (Castillo, 2020).

Este principio es esencial en el crecimiento humano, facilita la comprensión de la secuencia de acciones, la conexión entre el pasado, el presente y el futuro y la generación de experiencias. Llevando la temporalidad a la connotación de este tema y en el contexto educativo y motor, la percepción del tiempo tiene un impacto en la coordinación, el ritmo y la organización de movimientos, lo que evidencia su relevancia en el proceso de aprendizaje y en la adaptación a diversas circunstancias.

Lateralidad. Es un proceso neurológico y corporal mediante el cual el ser humano define la preferencia y predominancia funcional de un lado del cuerpo sobre el otro, ya sea derecho o izquierdo. Este proceso se desarrolla de manera progresiva durante la infancia y constituye una etapa clave para la madurez motriz, cognitiva y perceptiva del niño. Surge de la especialización de los hemisferios cerebrales, donde cada uno controla el lado opuesto del cuerpo, lo que determina la preferencia en el uso de una mano, un pie, un ojo o un oído. Su consolidación permite al niño ubicarse en el espacio, orientar su cuerpo y ejecutar movimientos con precisión y seguridad.

La lateralidad bien definida favorece el aprendizaje de la lectura, la escritura y otras habilidades académicas que requieren coordinación visomotriz, mientras que la lateralidad cruzada o no definida genera dificultades en la orientación espacial o en la

coordinación motriz. Por ello, la educación física desempeña un elemento clave en su fortalecimiento mediante actividades y juegos que estimulen la conciencia corporal, la diferenciación de los lados y la coordinación entre percepción y movimiento.

El análisis del avance de la lateralidad es uno de los retos que se presentan cotidianamente en el ámbito educativo, dado que impacta en la coordinación, la dirección espacial y el desempeño en distintas actividades. Para realizar cualquier actividad es esencial tener un conocimiento apropiado sobre la lateralidad, lo que facilita la creación de estrategias que promuevan su evolución en los niños (Reyes, 2018).

Esta es la visión de la guía buscar estrategias y con estas actividades que ayuden a los niños a desarrollar y conocer mejor su cuerpo, promoviendo un aprendizaje activo y significativo a través del movimiento. La intención es que, mediante experiencias lúdicas y recreativas, los estudiantes logren identificar sus dominancias laterales, sean manuales, pédicas, visuales o auditivas, aprendan a utilizarlas de forma equilibrada y coordinada en distintas situaciones motrices.

Al mismo tiempo, se busca que el docente disponga de recursos prácticos que le permitan diseñar sesiones dinámicas centradas en la exploración corporal, la orientación espacial y la conciencia del propio esquema corporal. De esta manera, la guía pretende orientar para fortalecer la lateralidad y la coordinación como capacidades motrices, así como también contribuir al desarrollo integral del niño, potenciando su autonomía, confianza, creatividad y seguridad en la realización de actividades físicas y académicas.

Ritmo. Se utiliza como recurso para motivar a los niños en las actividades lo que permite el disfrute lúdico, la comprensión y por su parte una estrategia más divertida para aprender y desarrollar competencias. Es un factor de gran seducción psicológica; puede llevarlos a estados de éxtasis, así como autohipnosis puesto que estimula y también relaja. Puede aplicarse de diversas formas y en distintos contextos, sirviendo como una herramienta clave para el desarrollo de habilidades específicas. En este método de uso organizado, el ritmo ayuda a potenciar la coordinación, la expresión corporal y otras habilidades motoras fundamentales en diversas actividades (Zuvirie,2020).

Equilibrio. Es uno de los problemas en los centros educativos y en la vida cotidiana que persisten, se hace difícil el poder trabajar o desarrollar actividades o

juegos recreativos si los niños no controlan el equilibrio, el conocimiento de este término y el saber trabajarlo ayuda a que toda actividad sea desarrollada de manera eficaz. El equilibrio no se limita a la paridad de fuerzas, sino que es la condición en la que los componentes contrarios se equilibran, facilitando que las distintas dimensiones de la vida y el ambiente convivan de forma estable y enérgica (Wilcock, 2021).

Es importante destacar que la estabilidad entre fuerzas contrarias no solo implica la estabilidad del equilibrio, sino que también desempeña un papel fundamental en el desarrollo motor y mental. En el ámbito físico, el equilibrio resulta crucial para la coordinación y ejecución de tareas físicas, mientras que, en el contexto emocional y social, permite una adaptación más eficaz a diferentes situaciones. Su desarrollo apropiado fomenta la paz en el proceso educativo, el bienestar y la interacción con el entorno.

Coordinación. Antes de abordar específicamente la coordinación, es necesario hacer un preámbulo sobre las habilidades motrices y su desarrollo, debido a que en ellas se evidencia una de las mayores preocupaciones observadas en los estudiantes: las notables deficiencias en su capacidad coordinativa. Esta guía surge precisamente para responder a esa necesidad, ofreciendo propuestas que trascienden el espacio escolar y puedan aplicarse también en otros contextos de la vida cotidiana. Un niño con dificultades de coordinación enfrenta mayores obstáculos para desenvolverse, convivir e integrarse plenamente en su entorno social. Por ello, se plantean actividades de carácter lúdico y disfrutable que permitan aprender, superar limitaciones y potenciar un desarrollo motriz más equilibrado y significativo.

La coordinación es el procedimiento a través del cual los distintos componentes o tareas se estructuran y operan de forma conjunta y eficaz, con el fin de lograr una meta compartida, garantizando que cada componente desempeñe su papel dentro de un sistema (Mejía et al, 2021). La coordinación se enfoca en dos elementos fundamentales como el campo motor y el cognitivo, ya que promueve la ejecución eficiente de movimientos y la organización de tareas. En el desarrollo físico, una coordinación apropiada impulsa el balance, exactitud y coordinación de los movimientos, mientras que, en el contexto social, fomenta el trabajo en equipo y la optimización de procesos.

Entornos y factores que influyen en las habilidades perceptivo-motrices en la República Dominicana

El desarrollo de las habilidades perceptivo-motrices en la República Dominicana está influenciado por diversos factores, entre ellos el entorno educativo, los espacios recreativos disponibles y las tradiciones culturales del país. Desde las canchas barriales y los parques municipales hasta los juegos tradicionales como la vitilla, el trompo, el pañuelo y el muñeco, los niños dominicanos encuentran múltiples oportunidades para fortalecer su coordinación, equilibrio y percepción espacial. No obstante, existen factores que no deben pasarse por alto, como el clima tropical y la infraestructura deportiva, los cuales forman parte de los recursos que inciden directamente en el fomento de estas habilidades en distintos contextos.

Espacios recreativos. Son lugares destinados a la práctica de actividades físicas, juegos o deportes, que facilitan el desarrollo de habilidades y competencias en los niños. Contar con estos espacios resulta fundamental para garantizar que las actividades no se vean limitadas y logren un impacto significativo en el aprendizaje y el desarrollo integral.

En muchos contextos educativos, los espacios recreativos no se utilizan adecuadamente para potenciar el aprendizaje. En numerosos centros educativos, los estudiantes no pueden desarrollar sus destrezas al máximo debido a la falta de áreas adecuadas para la recreación, siendo este un elemento esencial en su etapa escolar. Esta situación refleja una realidad en la República Dominicana: la mayoría de los centros educativos carecen de espacios recreativos apropiados, lo que representa una deficiencia para el fortalecimiento de competencias y el desarrollo de habilidades motrices (Toasa, 2021). Por otro lado, en los centros que sí disponen de estos espacios, frecuentemente no se aprovechan de manera correcta, limitando su uso debido a preocupaciones por el mantenimiento o la limpieza, sin considerar los beneficios pedagógicos que conlleva su adecuada utilización.

Educación física. Es la disciplina encargada de educar a través del movimiento, empleando el juego, el deporte y la gimnasia como medios educativos. Forma parte del currículo dominicano y se imparte en los centros educativos públicos y privados, con el objetivo de desarrollar competencias físicas, cognitivas y sociales en los estudiantes. Su enfoque busca que los aprendizajes obtenidos trasciendan el aula, permitiendo su aplicación en la vida cotidiana. Tiene un impacto directo en la

sociedad, ya que promueve valores y hábitos saludables que fortalecen a las personas en todas las etapas de la vida. Actividades cotidianas como caminar, trotar o practicar yoga, así como la participación en juegos tradicionales, fomentan la coordinación, el trabajo en equipo, la fuerza y la rapidez.

Para que la educación física sea de calidad no debe limitarse a la permanencia de los estudiantes dentro del sistema escolar, sino que debe desarrollarse en un ambiente propicio para el aprendizaje, lo cual refuerza la idea de que esta área de formación continua puede y debe extenderse más allá de los centros educativos, involucrando comunidades, barrios y espacios juveniles deportivos. Cada docente del área tiene la responsabilidad de transmitir este enfoque para promover transformaciones significativas frente a los retos que enfrentan tanto las escuelas como la sociedad dominicana (Yáñez et al, 2023).

Actividades físicas. Los docentes de educación física utilizan diversas actividades físicas para fomentar el desarrollo de competencias y habilidades específicas, las cuales constituyen una de las mejores estrategias para alcanzar los resultados esperados, promoviendo el disfrute lúdico y la comprensión de los contenidos trabajados. El disfrute de la actividad física es la variable más asociada al rendimiento académico en educación física. Aquellos contenidos que implican actividad física y se desarrollan con alta motivación suelen ser más fácilmente asimilados por los estudiantes (Fraile-García et al, 2019).

Desarrollo de la lateralidad. En el Centro Educativo Ramón López, ubicado en Licey al Medio, se desarrolló una actividad tipo circuito progresivo con estudiantes de 2º grado de primaria, año escolar 2024-2025, enfocada en el contenido Lateralidad. Los estudiantes se formaron en una hilera detrás de la línea de fondo de la cancha de voleibol. El primer obstáculo consistía en recorrer una serie de conos en zigzag para luego saltar dentro de unos aros, indicando verbalmente hacia qué lado lo harían. Esta dinámica favorece la identificación del lado derecho e izquierdo. Al completar esta estación, los estudiantes avanzaban a otra donde, con un balón y un cono, el maestro les pedía lanzar con la mano derecha o izquierda para derribar el cono, estimulando la rapidez mental y la percepción espacial.

En la última estación, los niños se ubicaban en formación tipo ajedrez mientras sonaba una música de fondo. Debían saltar en la dirección que el docente indicara (“salto a la derecha” o “salto a la izquierda”) y aquellos que erraban debían reflexionar

sobre su error. La corrección inmediata de los fallos contribuye a que los aprendizajes sean más efectivos y los resultados visibles.

Imagen extraída de Google

Objetivo: Que los estudiantes, mediante el disfrute lúdico, puedan identificar y diferenciar su lado derecho e izquierdo con apoyo de actividades físicas y ritmos musicales.

Recursos: Balón, conos, minas, aros, cultura dominicana y desarrollo perceptivo-motriz. La cultura de la República Dominicana desempeña un papel fundamental en el desarrollo de las habilidades perceptivo-motrices. Por medio de los bailes, los juegos tradicionales y las actividades recreativas, las personas ponen en práctica la coordinación, el equilibrio y la sincronización de los movimientos con los sentidos.

Imagen extraída de Google

En los bailes típicos como el merengue o la bachata, estas habilidades se manifiestan en la coordinación de pasos, el control corporal y la fluidez del movimiento al seguir el ritmo. De igual manera, los juegos populares y deportes barriales exigen dominio corporal, percepción del espacio y coordinación motriz, reforzando el desarrollo físico y cognitivo desde la infancia. Para Scharagrodsky (2021) la cultura del movimiento en la República Dominicana está influenciada por sus tradiciones, donde el baile y los juegos populares desempeñan un papel clave en el desarrollo de habilidades motoras durante la niñez.

Imagen extraída de Google

Las prácticas culturales dominicanas, al igual que las actividades recreativas y deportivas, constituyen un valioso medio para fortalecer las habilidades perceptivo-motrices. Incorporar estos elementos en el ámbito educativo representa una excelente estrategia pedagógica que aprovecha la riqueza cultural del país para potenciar las capacidades motrices y superar las debilidades que los niños presentan en su desarrollo cotidiano.

El desarrollo de las habilidades perceptivo-motrices en los niños dominicanos no depende únicamente de la práctica individual, sino que está estrechamente vinculado a los entornos en los que se desenvuelven y a los factores socioculturales que los rodean. Estos entornos: familiares, escolares y comunitarios, actúan como escenarios que estimulan o limitan el movimiento, la exploración y la interacción con el espacio.

En la República Dominicana, la disponibilidad de espacios recreativos, las condiciones climáticas, la infraestructura deportiva y el acceso a una educación física de calidad son elementos que determinan en gran medida el nivel de desarrollo de las destrezas motrices y perceptivas en la infancia. Analizar estos factores permite comprender como las condiciones del contexto nacional influyen en la formación integral del niño y en su relación con el movimiento y el aprendizaje.

Los factores culturales y sociales desempeñan un papel determinante en la configuración de las habilidades perceptivo-motrices. Las tradiciones dominicanas, reflejadas en los juegos populares, las actividades recreativas y los bailes típicos, fomentan el uso del cuerpo como medio de expresión, comunicación y desarrollo

físico. Estos elementos culturales contribuyen a fortalecer la identidad y al mismo tiempo promueven la coordinación, la lateralidad y la percepción espacial. De esta manera, los entornos educativos y comunitarios, junto con la riqueza cultural del país, conforman un ecosistema dinámico que influye en la manera en que los niños aprenden a moverse, interactuar y desenvolverse en su entorno cotidiano.

Referencias

Castillo, J. (2020). Alcances de la temporalidad: discursos presidenciales durante la pandemia. *Revista Actas de Periodismo y Comunicación Social*, 6 (2). https://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/123480

Castro, A. M. (2021). La espacialidad escolar, lecturas en foco y desplazamientos en la (de)construcción de un objeto. *Educação Em Revista*, *37*. https://doi.org/10.1590/0102-469820854

Díaz, L. (2020). Educación musical y desarrollo del esquema corporal en niños de 5 años de la I.E. *Primeros Pasos. Repositorio*. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/70618/Macheri_RAP-Saavedra_VA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Fraile-García, J., Tejero-González, C. M., Esteban-Cornejo, I & Veiga, Óscar L (2019). Asociación entre disfrute, autoeficacia motriz, actividad física y rendimiento académico en educación física. *Dialnet*, 36, 58-63. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8402695

Mejia, N. F. M., y Pérez, B. Z. (2021). *Estructura interna de la coordinación motriz de los movimientos de pies en ataque del baloncesto*. Dialnet. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7986379

Reyes, A. (2018). Desarrollo de la lateralidad en niños de preparatoria. *Revista Cognosis*, *7*(EE-I), 127-144. https://doi.org/10.33936/cognosis.v7iee-i.4761

Scharagrodsky, P. A. (2021). Cuerpos, políticas y pedagogías en disputa.: El V Congreso Panamericano de Educación Física, Buenos Aires, 1970. *Contemporánea*, *14*(1), 146–163. Recuperado a partir de https://ojs.fhce.edu.uy/index.php/cont/article/view/1097

Toasa, A. (2021). Los espacios recreativos en el proceso de aprendizaje de Lengua y Literatura. *Repositorio Upse*, 8. [Documento en PDF]. https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/10182/1/UPSE-TEB-2023-0057.pdf

Vega, M. (2020). Las habilidades perceptivo-motrices. *Editorial*. [Documento en PDF]. https://core.ac.uk/download/pdf/16371183.pdf

Wilcock, L. (2021). Equilibrio y organización de la rutina diaria. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*. [Documento en PDF]. https://pdfs.semanticscholar.org/37c9/d6a1ac1cc833e0ebf2f76ff1a766edc329f5.pdf

Yañez, C. S., Del Carmen Páez Herrera, J & Almonacid, J. H. (2023). *Concepciones de educación física de calidad: Un análisis crítico al contexto chileno*. Dialnet. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8732840

Zuvirie, E. Z. (2020). La música como estrategia didáctica en la educación. *Zenodo (CERN European Organization For Nuclear Research)*. https://doi.org/10.5281/zenodo.6621078

SEGUNDA PARTE
RECURSOS DIDÁCTICOS EN EDUCACIÓN FÍSICA INFANTIL

IV.ELABORACIÓN DE MATERIALES DIDÁCTICOS ECONÓMICOS PARA LA EDUCACIÓN FÍSICA INFANTIL

José Ariel Hidalgo Cuevas[4]

La educación motriz y la educación física son importantes para el desarrollo integral infantil, el juego, el conocer y controlar su cuerpo, además de esto, valorar a los demás y a sí mismo, crear una buena autoimagen, son aspectos preponderantes en el desarrollo integral infantil para que se pueda dar de la mejor manera (Angulo, 2020). Las actividades lúdicas fomentan un desarrollo integral en los niños y se ha evidenciado que es una realidad, el juego es una actividad natural y esencial en la vida de los niños, desempeñando una función imprescindible en su desarrollo integral (Ovalles, 2025).

Los autores explican la importancia del juego y la actividad de los niños para su propio desarrollo, el juego es una actividad voluntaria del niño, sin interés material y cumple con un papel importante en el desarrollo del individuo (Huizinga, 2003). Se puede ver que cada uno de ellos coinciden en la importancia que tiene el juego en el desarrollo y que es un proceso natural y esencial.

La educación física y motriz trabajan en conjunto para estimular un buen avance en el desarrollo integral del estudiante, utilizando el juego como medio principal. Es una realidad que muchos centros educativos no tienen recursos suficientes para tratar los contenidos de manera regular, De ahí que la guía explica cómo crear recursos para que esta problemática no sea un impedimento para hacer clases divertidas y productivas, incluso se puede incorporar a los estudiantes en la creación de estos, de esta manera se está fomentando el cuidado al medio ambiente como una parte esencial en el desarrollo del individuo. También se mejora la capacidad de resolución de problemas, que son habilidades que contribuyen tanto en lo académico como para la vida.

Definitivamente el desarrollo integral de los niños trasciende las dimensiones mentales, físicas, sociales y emocionales de su crecimiento. Es evidente la importancia del desarrollo integral infantil para fortalecer, las habilidades cognitivas,

[4]Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, República Dominicana. 202410231@issu.edu.do. https://orcid.org/0009-0006-8681-0849

emocionales y físicas al individuo para que este tenga condiciones favorables y pueda desarrollarse en la vida de una mejor manera (Zambrano et al, 2025).

En este contexto, se entiende por recurso didáctico al conjunto de medios materiales que intervienen y facilitan el proceso de orientación-aprendizaje, su uso en las clases de educación física es muy importante para hacerlas divertidas y acordes a las temáticas, pues son los que apoyan al profesor y facilitan al estudiante. No obstante, no todos los centros tienen recursos regulares y muchos profesores se enfrentan a esta dificultad (Vargas, 2012).

La capacidad de crear recursos didácticos económicos y funcionales es una estrategia adecuada para adaptarse al contexto, es la manera de ejecutar con lo existentes en el centro educativo. Los recursos creados deben ser sostenibles, de este modo, se cuida el medio ambiente. La autoconstrucción de materiales en educación física es considerada un modelo emergente (Abellán, 2020). Con la capacidad de realizar juegos en clase, se refuerza lo teórico con lo práctico, “La lúdica a nivel educativo ha sido considerada como aquella herramienta para fortalecer algún contenido mediante el juego; siendo … una forma de transformar la cotidianidad” (Vilma et al, 2024, p.1).

No obstante, la práctica y la docencia de la educación física no requiere obligatoriamente de un material específico (Rodríguez en Palacios et al, 2024). En la creación de recursos, los materiales deben ser asequibles, no costosos, desarrollar creatividad, cuidado del ambiente y la satisfacción que da el crear un nuevo recurso (Rodríguez, 2022).

Para diseñar recursos educativos, resulta fundamental seguir un proceso estructurado. Por ello, se deben identificar los recursos disponibles y evaluar con qué se cuenta. Luego, es necesario reconocer que elementos son esenciales pero escasos para la adecuada ejecución de las clases, como conos, túneles para circuitos, cuerdas para saltar, bates de beisbol, pelotas, aros o juegos de mesa como ajedrez y damas.

Una vez identificadas las carencias, es clave fomentar la creatividad para desarrollar alternativas que faciliten el aprendizaje de manera efectiva, lo cual implica analizar cómo pueden fabricarse o adaptarse dichos recursos y planificar actividades que permitan su creación. Es imprescindible garantizar que los materiales elaborados

sean seguros, asegurando el bienestar físico de los estudiantes, y funcionales, de modo que puedan sustituir o mejorar la ausencia de un recurso convencional.

Por otra parte, se puede utilizar la creatividad para adaptar e inventar nuevos juegos, diversificar actividades, hacer algo fuera de lo cotidiano o lo normal, permitiendo así cautivar la atención de los niños debido a que a ellos les gusta explorar cosas nuevas y tienen una curiosidad muy grande en este momento de su vida. La reutilización de material supone una forma novedosa y, al mismo tiempo creativa, de abordar la educación física. El crear estos recursos de manera novedosa, llama la atención de muchos estudiantes, haciendo que quieran participar en estas actividades.

Actividades para crear recursos económicos y sostenibles

Primera actividad. Se propone incluir a los estudiantes en la elaboración de medios o recursos para el aprendizaje, la inserción de estos es una buena actividad porque así se fomentan la resolución de problemas, por ejemplo: para crear conos, se busca galones viejos, para rellenarlos con algunas piedras o arena. Como un detalle es factible pintar el galón por fuera. Estos recursos económicos y sostenibles satisfacen la falta de los conos en cualquier centro educativo, no tienen la misma capacidad de movilidad que un cono convencional, pero si pueden facilitar los aprendizajes y las actividades a los estudiantes.

Imagen extraída de Google

Segunda actividad. Se plantea la creación de túneles, con los que se realizan circuitos. Para elaborarlos, se buscan cajas de cartón un poco grandes para que todos los niños puedan participar, luego pegarlas con cinta o pegamento, con esta actividad también se fomenta la creatividad, el trabajo en equipo, el pensamiento crítico y

resolución de problemas si se incluye al niño en la realización de estos. Una idea creativa es pintar el túnel, de esta manera se hace más atractivo y productivo para los niños.

Imagen extraída de Google

Tercera actividad. Se pretende crear una cuerda para saltar, se puede buscar alguna soga vieja que no se esté utilizando, limpiarla y poner cinta en sus extremos para mejorar el agarre y no lastimar a los estudiantes, hay que tener en cuenta la seguridad y la funcionalidad de esta, la cuerda pueda servir para realizar las actividades de una manera divertida, en caso de que no funcione igual que una cuerda convencional, se pueden realizar ajustes o variaciones divertidas a la actividad para enriquecer la experiencia.

Imagen extraída de Google

Cuarta actividad. Se realiza un bate de beisbol, se puede elaborar con un palo de escoba viejo o un trozo de madera, que no se esté utilizando, para el agarre se puede colocar cinta o alguna goma para suavizar el agarre, este recurso ayuda a poder dar una clase práctica de beisbol sin depender de un bate convencional. Además, los niños con un nivel económico bajo que no puedan comprar este recurso

para practicar beisbol pueden utilizar la creatividad para crear uno con materiales que se pueden conseguir de manera fácil, así se estará fomentando el deportivismo y la actividad física, sin importar la clase social del individuo, lo cual optimiza que cada persona tenga como realizar actividad física. La integridad que brinda la educación física y la educación motriz, no dependen del estado económico de un niño, con estas actividades, podemos decir que el deporte, el juego y la actividad física es para la diversidad.

Imagen extraída de Google

Quinta actividad. Se requiere la creación de pelotas de beisbol se pueden realizar con cartón, papel, fundas de plástico o cinta adhesiva, para elaborar una pelota solo se necesitan estos materiales los cuales son fáciles de encontrar, asequibles y baratos, la experiencia sigue siendo la misma que con una pelota convencional y permite formar en contenidos de la educación física, como actividades lúdicas y las reglas del beisbol.

Imagen extraída de Google

Sexta actividad. Se pretende crear aros reutilizando una manguera con cinta adhesiva, consiste en doblar la manguera hasta volverla un círculo o un aro y sellarlo

con cinta para que no se despegue, este recurso servirá para realizar, juegos y circuitos.

Imagen extraída de Google

Séptima actividad. Algunos centros educativos presentan escasez de juegos de mesa, el tablero, ajedrez, parches, estas deficiencias, si se ven desde otro punto de vista, son oportunidades para poner en juego procesos cognitivos del niño, se pueden crear grupos de estudiantes dividiendo el aula, donde cada uno de ellos se les asigna un juego de mesa y los niños deben trabajar de manera colaborativa para elaborar estos juegos, buscando materiales reutilizados y aportando ideas para crearlos. También se puede crear un tablero de madera con un poco de pintura y tapas de botellas, de esta forma se está promoviendo la creatividad.

Imagen extraída de Google

El juego sirve para formar en el trabajo en equipo, la interacción con el adversario, así como con el entorno, el juego limpio, valores como la colaboración, respeto y aprender de las derrotas. Estos son aspectos que ayudan en lo académico y en toda la vida del niño, porque contribuye al desarrollo cognitivo, físico y social que son muy importantes en la sociedad actual. Se puede crear nuevos juegos, adaptarlos, diversificar las actividades y hacer algo diferente para cautivar aún más la

atención de los estudiantes, saliendo de lo cotidiano, un juego que sea divertido, que implique movimiento y aprendizajes fundamentales.

¿Cómo implementar la creación de recursos económicos y sostenibles en las escuelas de la República Dominicana?

En la República Dominicana existen muchas escuelas, colegios, liceos y politécnicos donde los recursos educativos son muy escasos, en esta guía didáctica también se contextualiza en el país, para mejorar las clases aun teniendo una gran insuficiencia de recursos convencionales. Cabe destacar que las actividades recomendadas en toda la guía son efectivas para cualquier país con la situación de falta de recursos. Su limitación pueden ser un impedimento para un profesor que no conoce acerca de la creación de recursos económicos y sostenibles, esta dificultad puede afectar la educación dominicana y esto significa un aumento significativo en el sedentarismo y problemas de salud por inactividad en los estudiantes que tienen una situación económica no favorable.

Para introducir esta estrategia de creación de recursos económicos y sostenibles se pueden realizar diversas actividades para hacerlo, de esta manera despertar la creatividad en los docentes de la República Dominicana que tengan deficiencia de recursos en los centros educativos. Esto va a incentivar lo que es la actividad física en los estudiantes dominicanos, va a disminuir el sobrepeso, la obesidad, problemas cardiovasculares e incluso la depresión en el país. La actividad física tiene múltiples beneficios, puede disminuir la tasa de mortalidad y con su promoción a través del juego y el deporte, puede aumentar el número de atletas en el país que como recompensa va a mejorar la economía.

La educación siempre ha sido el pilar fundamental para el desarrollo de cualquier sociedad y si existe una deficiencia en la misma, los ciudadanos estaremos condenados al fracaso (Omara, 2023). Esta autora explica que la educación es el sostén de la sociedad, sin una educación efectiva, no habrá éxito, los profesores de educación física, mediante el juego y el deporte, concientizan acerca del sedentarismo, y promueven la actividad física, tienen el objetivo de educar la mente para cuidar el cuerpo de los estudiantes, crear una sociedad saludable, sin embargo, la falta de recursos provoca que muchos docentes se limiten a impartir clases teóricas.

Capacitación docente. Una actividad muy importante y funcional es la capacitación para docentes de educación física, con esta se puede lograr su

concientización, que su percepción cambie, esa perspectiva de que la escasez de recursos es una limitante para hacer clases divertidas, dinámicas y procedimentales. La idea es que creen una nueva visión para poder resolver esta deficiencia, si se forma a los profesores como crearlos económicos y sostenibles; se está promoviendo la obtención de recursos en las escuelas de la República Dominicana. En las capacitaciones se pueden dar ejemplos contextualizados a escuelas de bajos recursos, fabricando pelotas, bates, cuerdas, conos, guantes y recursos utilizados en las clases de educación física.

De esta manera cada docente podrá orientar sus clases con los recursos existentes en cualquier centro educativo y lograr el objetivo de fomentar la actividad física en el educando. Cabe destacar, que se trabaja de manera indirecta, la actividad física y el deporte para la diversidad, sin importar el nivel económico de la persona, al crear recursos económicos o con materiales de reciclaje muchos estudiantes sin la capacidad de comprar recursos convencionales implementan estas actividades en sus hogares para poder realizar juegos y deportes.

Campañas educativas. Otra actividad para aplicar la creación de recursos económicos y sostenibles en las escuelas de la República Dominicana es realizar campañas educativas para promover la creación de recursos económicos y sostenibles, de esta manera se educa tanto a los docentes como a los estudiantes e incluso se puede promover esta estrategia por todo el país y fomentar que las clases de educación física sean más divertidas y atractivas.

Para ello, se necesita contratar personas que tengan conocimientos previos sobre este tema, con la finalidad de que puedan instruir a los docentes y superar la dificultad de escasez de recursos en las escuelas dominicanas. A través de la creación de estas campañas se desarrolla una sociedad que tenga la capacidad de resolver problemas y cuide de los espacios físicos utilizando materiales reciclables, sostenibles y económicos. Por medio de las campañas educativas se estaría moldeando a los profesores de educación física para que sean mejores y puedan desenvolverse en todas las escuelas dominicanas sin importar el nivel económico que se encuentren.

Reuniones y conferencias. Otra actividad es realizar reuniones y conferencias para explicar sobre el problema de la falta de recursos en escuelas dominicanas, se concientiza a los docentes acerca de que la educación física no

depende de recursos o materiales específicos, realizando actividades para crear recursos económicos.

Evaluación docente. Se basa en considerar la creación de recursos didácticos económicos y sostenibles en las evaluaciones de desempeño de los docentes, que un profesor pueda ser espontaneo en cualquier escuela y trabajar con los materiales existentes. Con ello es posible identificar cuáles son los maestros que tienen debilidades en esta área y convocarlos a realizar cursos, conferencias, participar en las campañas y en las capacitaciones docentes donde se les da ejemplos contextualizados en sus mismas escuelas para superar esta situación. Conforme a esto, se puede llegar a un avance notable en las escuelas de la República Dominicana, los docentes se podrán apoyar de la fabricación de recursos para poder dar clases divertidas y para la diversidad de estudiantes sin considerar el factor económico.

Competencias y concursos. La actividad final para fomentar la creación de recursos económicos y sostenibles es la realización de competencias y concursos, se pueden organizar para observar cómo los profesores pueden crear nuevos recursos con materiales económicos o de reciclaje, poniendo premios a los primeros ganadores. De esta manera los educadores se van a interesar en el tema para participar en los concursos. A medida que se van realizando puede ser grabada la actividad para que los profesores que no tengan la facilidad de participar puedan obtener todos los conocimientos acerca de la creación o invención de nuevos recursos didácticos.

Con cada una de estas técnicas se puede mejorar la educación en las escuelas dominicanas, dejando a un lado la dependencia de los recursos convencionales, realizando un avance significativo en el aprendizaje de los estudiantes de una forma divertida y cumpliendo el objetivo de fomentar la actividad física para todas las personas.

Un caso práctico

Para seguir pensando

Los profesores de educación física trabajan para crear interés en la actividad física, educar la mente para cuidar el cuerpo, conforme a esto las muertes mundiales y en república dominicana, ya sean por obesidad, problemas cardiacos, sedentarismo o incluso diabetes se verán considerablemente reducidas. No se entrena atletas, se

promueve el juego y el deporte para el avance y cuidado de la sociedad. También los beneficios que tiene la actividad física, entre estos la reducción del estrés y la ansiedad. Muchas personas tienen este problema debido a que trabajan día tras día, acumulan estrés de trabajo y no lo liberan. Otras ventajas, mejorar la condición física de las personas, la motivación, la autoestima y la salud en distintos aspectos como presión arterial y disminuye accidentes cerebrovasculares.

Ante lo señalado, la creación de recursos económicos y sostenibles debe ser promovida, así en cualquier escuela sin importar los recursos que existan, se podrá realizar clases de una manera divertida y super dinámica, por consiguiente, el educando se va a interesar de una manera intrínseca en la asignatura, a su vez se estará cuidando el medio ambiente al utilizar materiales de reciclaje. Sin duda, con estas técnicas, se está ayudando a fomentar la creación de recursos didácticos sostenibles y creativos. En una actividad de educación motriz que requiera un balón para cada estudiante, sería una situación un poco compleja, pero si el docente utiliza la herramienta de crear recursos nuevos, podría diseñar balones con los mismos estudiantes, con esto, al mismo tiempo que está realizando recursos para implementar actividades divertidas y variadas, fomenta la resolución de problemas y el cuidado del medio ambiente en el educando.

Es necesario que los docentes conozcan sobre la creación de recursos alternos para que puedan realizar clases creativas a los estudiantes, donde estos también puedan mejorar significativamente sus habilidades motrices locomotoras, no locomotoras y de manipulación, para garantizar que tengan una vida regular sin dificultades motrices. Los docentes no se pueden limitar a no realizar actividades creativas y divertidas para los estudiantes; por el contrario, deben tratar de que estos se interesen por tener una vida activa en movimiento, para que puedan desarrollar sus habilidades motrices debidamente.

Las habilidades motrices son las que permiten realizar actividades que van desde lo simple como recoger una pelota del suelo, a lo complejo como las actividades deportivas recreativas o de competencia, son importantes para la personas porque permiten realizar diferentes actividades en la vida diaria, van desde movimientos básicos hasta movimientos más avanzados y coordinados como en algún deporte, son las habilidades para coordinar un movimiento y ejecutarlo de manera efectiva (Caiza, 2022).

Las habilidades motrices básicas se dividen en tres categorías: locomotrices, no locomotrices y de manipulación. Las locomotrices implican desplazamiento o movimiento del cuerpo de un lugar a otro, incluyendo acciones como correr, saltar, galopar, deslizarse, rodar, pararse, botar, esquivar, caer, trepar, subir o bajar, entre otras. Por su parte, las habilidades no locomotrices consisten en movimientos que no requieren desplazamiento y se centran en el control del cuerpo en el espacio, tales como balancearse, inclinarse, estirarse, doblarse, girar, retorcerse, empujar, levantar, hacer tracciones, colgarse y mantener el equilibrio y las habilidades de manipulación son aquellas que implican el uso de manos o pies para mover o controlar un objeto, como lanzar, atrapar, golpear, rodar, driblar o receptar.

Resulta muy importante trabajar las habilidades motrices en los estudiantes para que estos puedan desarrollarse en la vida de una manera regular, debido a que les permite inducirse a sí mismos en actividades de interés propio, ya sean del mundo laboral o recreativas. La dificultad mencionada en esta guía acerca de los recursos puede implicar que los estudiantes no tengan una buena educación motriz, esto debido a que para realizar actividades prácticas no existe la capacidad de variar las actividades por la limitación en el tema de los recursos, las actividades deportivas, lúdicas, recreativas y de ocio activo se ven enormemente limitadas por los recursos escasos, esto puede efectuar en los estudiantes una educación motriz no adecuada para su vida adulta.

Para Duchi (2025), las habilidades motrices son esenciales para el desarrollo físico y cognitivo de los escolares, debido a que influyen directamente en su capacidad para realizar movimientos coordinados. Señala que la motricidad de una persona impacta tanto su bienestar físico como mental, porque una falta de coordinación en los movimientos puede dificultar la realización de tareas cotidianas y, como consecuencia, afectar la autoestima de los estudiantes.

Por su parte, el no desarrollar adecuadamente las habilidades motrices puede generar efectos negativos en la condición motriz del niño, traducidos en limitaciones físicas, actitudinales e intelectuales. De esta manera, los estudiantes que carecen de una educación motriz adecuada podrían enfrentar dificultades en su aptitud física y actitud y en su desempeño intelectual (Quevedo citado en Valero, 2024).

Un caso práctico

El Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), es una universidad que forma docentes y tiene programas para mejorar la educación motriz de los estudiantes o futuros docentes para que estos puedan desarrollarse como buenos educadores en el futuro. En la materia de Educación Motriz II, con el profesor Miguel Israel Bennasar García, se realizaron varias actividades sobre como fomentar las habilidades motrices básicas en estudiantes de primaria, segundo ciclo, con estas promover el aprendizaje y la diversión, se trabajaron habilidades básicas locomotrices, habilidades básicas manipulativas y habilidades básicas de estabilidad.

La **primera actividad** trataba de las técnicas de golpeos del balón, con distintos ejercicios, cada estudiante tenía un balón de balonmano, este se debía golpear verticalmente y hacia arriba mientras se utilizaba diferentes partes del cuerpo como las palmas y el dorso de la mano, el bíceps y el muslo. Los golpeos se realizaron en una posición estática y luego añadíamos un movimiento. Los recursos que se utilizaron para la actividad fueron balones de balonmano en esta ocasión y un espacio libre.

La **segunda actividad** trataba de mejorar las técnicas básicas de lanzamiento y recepción del balón, estábamos dispersos en un área libre, teníamos un balón cada uno, lanzando el mismo con una mano de forma vertical y atrapándolo con la misma mano; después de esto, se cambiaron las manos para fortificar la coordinación; luego se añadieron palmadas antes de atrapar el balón, el estudiante debía lanzar el balón de forma vertical hacia arriba, dar una palmada y luego atrapar el balón.

Las palmadas fueron aumentando progresivamente, primero una palmada, después dos palmadas y finalmente tres palmadas, luego la actividad se realizó en movimiento y cambiando de balón con un compañero, cuando el profesor decía “ya “debíamos, cambiar el balón con un compañero coordinando el lanzamiento para que los balones no choquen en el aire.

En la **tercera actividad** se trabajó el pase visible y no visible con distintos movimientos o ejercicios con el balón, cada estudiante realizo una serie de lanzamientos y recepciones, primero se ejecutó “gotas hacia arriba”, lanzando el balón desde la espalda por encima de la cabeza para atraparlo con la mano que está en frente. Luego en “gotas hacia arriba al revés”, se lanzó desde el frente para atraparlo detrás de la espalda, después en “gotas de arriba-abajo", se pasó el balón

por encima de la cabeza de una mano a otra, pero cambiando las manos de posición. Para culminar con la tercera actividad, en “Siroco”, se mantuvo el balón entre las piernas y se lanzó hacia arriba mientras cambiaban las manos para atraparlos. Los recursos fueron balones de balonmano y el espacio libre.

En la **cuarta actividad** se trabajaron las acciones de transporte y manejo del balón, con una competencia en grupos de 5, cada equipo realizó un recorrido de aproximadamente 6 metros, los participantes corrieron en una dirección y al llegar al final, dieron el relevo al compañero que sigue con una palmada y a este compañero le corresponde correr en sentido contrario. Las diferentes modalidades utilizadas fueron: transportando el balón entre las rodillas sin utilizar las manos, sostenerlo con las manos en la espalda, botándolo y conduciéndolo con los pies.

En la **quinta actividad** se trabajó con los giros, lanzamientos y recepciones, este mediante un juego llamado “Pelota Capitana”. Nos dividieron en equipos de 5 personas, luego se colocaron en fila con un balón sujeto entre los pies y separados por un metro aproximadamente, el capitán de cada equipo debía ubicarse frente a su hilera a una distancia establecida por el profesor. Luego a la señal del profesor, el capitán pasaba el balón al primero de la fila, el recibía el balón y realiza un cambio de rol a capitán y este realiza la misma acción con el participante que queda en frente de la hilera, el equipo primero en terminar es el ganador. Posteriormente se añadieron variantes en el pase, como giros para pasar el balón por encima de la cabeza, pasarlo entre las piernas con las dos manos. Los recursos fueron balones y espacio libre.

En todas las actividades se utilizó una cantidad de recursos, cada estudiante por lo menos debería tener un balón de balonmano, aquí es donde está la importancia de la creación de recursos económicos y sostenibles para dar clases divertidas y con aprendizajes. Esta técnica se puede implementar para crear recursos suficientes en las aulas, son pocos los centros educativos de la República Dominicana que tienen los recursos suficientes para realizar una actividad que demande esa cantidad de recursos.

Una actividad para crear estos recursos y poder llevar a cabo estas interesantes clases, es la creación de balones de balonmano, lo primero que necesitamos es cualquier tipo de papel, periódico, papel manila o de un cuaderno viejo, también necesitaremos una funda y cinta adhesiva. Después de tener todos los materiales, debemos envolver el papel de una manera circular e ir añadiendo cinta

adhesiva para que no se desenvuelva, luego de llegar al tamaño de un balón, entrarlo en una funda, cortar los sobrantes de la funda y envolver completamente el balón con cinta adhesiva. Después de que cada estudiante realice esta actividad fácil y sencilla, podrán ejecutar las actividades sin excepción de ningún estudiante.

De esta manera es como se aplica la creación de recursos económicos y sostenibles en diferentes actividades educativas, los docentes pueden realizar las actividades dadas en esta guía didáctica para mejorar las habilidades motrices de todos sus estudiantes como también hacer que se diviertan libremente. Con esta técnica y actividades se puede lograr todas las competencias fundamentales y específicas de la educación física. Los educadores no deben limitarse por la falta de recursos, deben salir adelante y superar esta dificultad para promover una educación física de calidad a los estudiantes y estos en su vida puedan cuidar de su cuerpo en movimiento sin depender de su estado económico.

Referencias

Abellán, J. (2020). El material reciclado y/o autoconstruido como respuesta a las necesidades educativas especiales en Educación Física, *Ágora para la Educación Física y el Deporte, Dialnet 22, 253-266.* [Documento en PDF] https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7707526.pdf

Angulo Vergara, H. G., Aguayo García, Á. A., Farfán Meza, G. B., y Delgado Álvarez, S. V. (2020). Análisis del desarrollo integral infantil desde la perspectiva de las actividades lúdicas en el nivel preescolar. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuSo), 5(2), 42-49. file:///C:/Users/josea/Downloads/Dialnet-AnalisisDelDesarrolloIntegralInfantilDesdeLaPerspe-7408906.pdf*

Corporan, O. (2023, 24 julio). Desafíos y Oportunidades, la deficiencia en la educación en la República Dominicana. *El Nuevo Diario (República Dominicana)*. https://elnuevodiario.com.do/desafios-y-oportunidades-la-deficiencia-en-la-educacion-en-la-republica-dominicana/?utm_source

Cueva Quevedo, J., Bayas Machado, J., y Ávila Mediavilla, C. (2024). Las habilidades motrices básicas en la Educación Física en la infancia. Polo del Conocimiento, 9(5), 192-214. https://doi.org/10.23857/pc.v9i5.7108

Educación (2023). *Importancia y beneficios de la actividad física.* https://www.mineducacion.gov.co/portal/micrositios-institucionales/Actividad-Fisica/414961:Importancia-y-beneficios-de-la-actividad-fisica

Gabino, V. M. (2017). Recursos educativos didácticos en el proceso enseñanza aprendizaje. *Revistas Bolivianas Scielo* http://revistasbolivianas.umsa.bo/scielo.php?pid=S1652-67762017000100011&script=sci_arttext&tlng=es

Lanza Castillo, V. D. V., Romero Maza, L. D. L. Ángeles y Bennasar García, M. I. (2024). Actividades lúdicas como estrategia pedagógica para fortalecer el aprendizaje en la asignatura Anatomía y Fisiología Humana. *Revista Educación, 48(1), 1–24. Dialnet* https://doi.org/10.15517/revedu.v48i1.56006

Rodríguez Bravo, Marcos y Carballo, Raúl & Ojeda, Oscar y Alba, Africa. *(2004).* Una propuesta de utilización de material reciclable para el área de Educación Física. *Ef Deportes, Lecturas: Educación Física y deportes, 68.* https://ww.efdeportes.com/efd68/recicla.htm

Zambrano-Cedeño, M. L., Zambrano-Chávez, S., Molina-Zambrano, N., Moreira Zambrano, M y Delgado-Moreira, M. *(2025).* Revisión sistemática: hábitos alimentarios y el desarrollo integral de niños y niñas de 4 años. *Psicología UNEMI, 9(16), 127-140.* https://ojs.unemi.edu.ec/index.php/faso-unemi/article/view/1968/1960

V. INTEGRACIÓN DE LA TECNOLOGÍA EN LA EDUCACIÓN FÍSICA INFANTIL

Esteban Emanuel Luna Brito[5]

La tecnología es un apoyo que, hoy en día, ha tenido una evolución sin precedentes. En el ámbito laboral, ha sido de gran ayuda puesto que colabora para mejorar y actualizar los procesos. La educación no se queda atrás en los avances, con la pandemia de COVID-19 el proceso formativo tuvo un cambio drástico el cual llevo a los educadores y el sistema a tomar las medidas necesarias para hacer frente ante la problemática que ocurría a nivel mundial.

El ser humano tiene la habilidad de adaptarse y superar adversidades en situaciones complicadas por lo, como estrategia o método para enfrentarse a la pandemia que atacaba el mundo so tomo la decisión de abrir el camino a un nuevo mundo y una educación de manos de la tecnología. Cuando finalizo la pandemia nada volvió a ser como era antes, incluyendo la educación, la cual dio un gran paso y no está dispuesta a retroceder.

Dentro de la educación, la tecnología cumple funciones importantes, “las TIC han tenido muchas formas de enfocarse y justificarse, una de estas es la educación a distancia, que, justamente, el uso de herramientas tecnológicas facilita las actividades, más aún en las circunstancias actuales, donde hay restricciones de movilidad" (Estrada y Bennasar, 2021, p. 3). Durante el periodo de pandemia, la comunicación a distancia fue un factor importante para poder llevar a cabo el acto de docencia y aprendizaje, dejando en claro de que no todo lo que surgió debido a esta pandemia fue negativo; hoy en día ya se encuentra totalmente implementada la tecnología, dentro del sistema educativo, de forma oficial.

Al igual que en todas las demás asignaturas del sistema educativo dominicano, los docentes encargados del área de educación física tienen el derecho y deber de utilizar las tecnologías para lograr una educación de calidad. Esta por ser una asignatura teórica y práctica, se enfrenta a un reto en la implementación de las

[5]Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, República Dominicana. luna202410035@gmail.com. https://orcid.org/0009-0000-6729-905X

tecnologías, debido a los riesgos que hay de hacer un mal uso de esta dentro del área, recordando que la práctica en educación física es irremplazable.

Educación física e infantil

"La educación física en educación infantil concentra un gran protagonismo en el desarrollo óptimo de cada una de las esferas del niño: física, social, afectivo-emocional y psíquica" (Arufe- Giráldez, 2020, p. 1). Esto se refiere a la importancia de área de formación continua en la infancia, debido a que desarrolla al individuo de forma física, cognitiva y social. La educación física utiliza como herramientas las actividades físicas, lúdicas y deportivas para cumplir sus objetivos, pero, es importante mencionar que en nivel inicial no se ubica en las áreas académicas del currículo dominicano.

La educción física, en el nivel infantil, utiliza el juego para mejorar las habilidades de los niños y su coordinación, por medio del movimiento y lograr un cuerpo sano y desarrollado muscularmente. Utiliza el trabajo en equipo por medio del cual los niños adquieren habilidades de comunicación con los compañeros, de forma verbal y utilizando su expresión corporal, promoviendo un desarrollo social en esta etapa.

El primer ciclo de nivel primario del currículo educativo dominicano contempla una lista de contenidos y competencias a desarrollar en el área de educación física estos contemplados desde el primer grado hasta el tercer grado. Entre estos contenidos se encuentran, esquema corporal, el cuerpo (imagen y percepción), ubicación espacio- temporal, coordinación motriz, ejes y planos corporales y capacidades físicas.

Entre las competencias para desarrollar dentro del área de educación física en el nivel primario se encuentran el dominio motriz, cuando el niño muestra dominio corporal en la realización de diversas actividades motrices corporal, conoce su cuerpo y lo utiliza para expresar sentimientos, emociones y estados de ánimo en relación armónica con las demás personas y el entorno social y cultural.

Dentro del segundo ciclo del nivel primario del currículo educativo dominicano se encuentran los contenidos a tratar en los grados cuarto, quinto y sexto de primaria. Entre estos se encuentran, habilidades físicas básicas, gimnasia general, juegos tradicionales, ajedrez, atletismo, baloncesto, béisbol, fútbol y voleibol.

Entre las competencias para desarrollar en el segundo ciclo del nivel secundario se encuentran que el estudiante explora sus condiciones y características corporales, con el objeto de usarlas como medio de expresión de sentimientos, emociones y estados de ánimo, a través de sus acciones motrices. Identifica sus gestos y movimientos corporales con la finalidad de comunicar sus sentimientos, emociones y estados de ánimo de forma intencional.

Desafíos y limitaciones del uso de la tecnología en educación física infantil

Tolos los niños necesitan del juego para y la actividad física para poder desarrollar su cuerpo correctamente, y esto es uno de los objetivos de la educación física. Respecto al uso de la tecnología, a diferencia de las demás áreas académicas, se enfrenta a desafíos eminentes como la posible reducción de la actividad física tradicional, debido a que esta área tiene como característica ser una asignatura de clases prácticas.

Es cierto que por medio de la tecnología se ve potenciada la educación debido a la mayor cantidad de ejemplificaciones que ofrecen. El uso de videos, imágenes digitales y aplicaciones las cuales pueden ser presentadas en el aula por el docente ayudan a que los niños puedan comprender los que el docente está explicando de manera más clara.

Los niños de tres a cuatro años deben de realizar al menos tres horas de actividad física al día, recomendando que no permanezcan sujetos ni sentados mucho tiempo y que tengan menos de una hora de frente a una pantalla al día (Arufe-Giráldez, 2020). Esta es una de las limitantes de la inclusión de la tecnología dentro del área de la educación física, los niños tienen la naturaleza de jugar, si no se les permite jugar ellos van a buscar el juego.

La tecnología está en tal avance que ya ofrece la experiencia y el disfrute de una actividad física sin tener la necesidad de una persona levantarse de una silla, mediante el uso de juegos digitales o videojuegos deportivos. Estos juegos tienen la ventaja de ofrecer los conocimientos sobre las reglas de los deportes o incluso desarrollan las habilidades tácticas. Mediante “la tecnología virtual se puede generar y heredar la cultura deportiva, mejorando la comprensión de los estudiantes hacia estos deportes tradicionales” (Juanes y Rodríguez, 2031, p. 38).

Los videojuegos no son actividades físicas, por lo que no desarrollan las capacidades físicas mediante su realización. El acto de la práctica es irremplazable

dentro de esta área, es algo que hasta el momento no hay tecnología que lo logre. Sin embargo, a pesar de que la tecnología no puede lograr remplazar la actividad física, si puede servir como apoyo.

"…Los dispositivos móviles, especialmente smartphones y tabletas, pueden causar aislamiento social y procrastinación o promover el sedentarismo y el empobrecimiento motriz entre la población escolar" (Sandercock et al, 2016 citado en Díaz, 2020, p. 6). Esto presenta uno de los retos más alertadores de la tecnología, el mal uso de esta produce todo lo contrario a los resultados esperados por la educación física. La acción de procrastinar se ve muy observada en la actualidad, donde por la satisfacción y el entretenimiento que provee el uso de la tecnología las personas dejan de hacer actividades importantes las cuales tienen que realizar.

¿Cómo debería ser un buen uso de la tecnología en la educación física infantil? Las herramientas tecnológicas utilizadas dentro del área de educación física deben ser como apoyo al docente para la búsqueda y recolección de información, la ejemplificación, presentación de imágenes digitales y de videos. El docente debe de tener en cuenta que es quien debe de promover el conocimiento y no dejar que la tecnología actúe por si sola.

Para los estudiantes la tecnología les funciona como facilitadora del aprendizaje, de forma directa, en imágenes, documentos, y videos. Además, de forma indirecta como la música. Los contenidos a compartir se deben tomar en cuenta dentro del grado en relación con la herramienta tecnológica que el docente utilice como recurso para hacerlo. La tecnología cuplé la función de llamar el interés de los niños, por eso el docente debe de jugar con los colores y las presentaciones, que tienen que ser llamativas y creativas.

La "tecnología de escritorio, pensada para ser utilizada en espacios cerrados y estables como las aulas…, no resulta adecuada para gestionar las experiencias didácticas realizadas en espacios al aire libre, en patios o en pistas polideportivas" (Diaz, 2020, p. 774). Existen diferentes hardware los cuales cumplen una función específica, pero eso no significa que esa sea el único uso que se le pueda utilizar.

Por otra parte, un recurso tecnológico incapaz de ser utilizado fuera de un ambiente teórico no es funcional para llevarlo a la práctica y esto es una característica que el docente debe de tener en cuenta al orientar una clase. La tecnología se debe utilizar como una "acción complementaria de prácticas y metodologías de enseñanza

apoyadas por dispositivos móviles…puede convertirse en un instrumento apropiado para impartir la educación física" (Schön, 1987 citado en Diaz, 2020, p. 764). Ahora bien, el uso de la tecnología no debe de impedir que los estudiantes realicen actividad física, más bien debería de motivarlos a realizarla.

Papel del docente en el uso de la tecnología a la educación física

El docente en el proceso de educación tiene el rol de guiar y ser el facilitador del aprendizaje. Es su deber realizar actividades implementando recursos didácticos los cuales le permitan explicar una clase de forma más sencilla permitiendo que sus estudiantes la entiendan de manera más clara, además de esto, le permite cumplir con los contenidos en el tiempo previsto.

Los sistemas tecnológicos tanto software como hardware son creados con una función y una usabilidad específica. Todas estas funciones permiten más facilidad para realizar actividades o juegos que los estudiantes disfrutan. Una bocina cumple la función de generar o amplificar el sonido para que grupo de personas o en este caso todos los estudiantes sean capaces de escuchar. Es importante incluir los recursos didácticos dentro de una clase debido a que la hacen más atractiva y menos monótona, lo que genera más interés y motivación para participar a los estudiantes. Es importante conocer que la tecnología está incluida dentro de lo que es considerado como recursos.

"Las tecnologías de la información de comunicación terminan siendo recursos valiosos y medios que permiten el proceso de enseñanza-aprendizaje en tantos escenarios, que esté dispuesto a adaptarse a los avances tecnológicos, teniendo una actitud abierta a la innovación" (Begnini et al, 2022, p. 166). Esto afirma que el uso de la tecnología en la educación es un recurso el cual permite al docente realizar clases más variadas con más posibilidades de elegir.

El docente debe de ser creativo y ser capaz de poder realizar una clase de diferentes maneras utilizando múltiples recursos. Al igual como se utilizan recursos como conos a los cuales se le dan una gran variedad de usos es necesario conocer las funciones que realizan los softwares y hardwares, lo que permite que los docentes conozcan que uso le van a hacer y puedan aprovechar las adaptaciones de su usabilidad.

"Es el profesorado el que debe conocer su usabilidad tecnológica y pedagógica, establecer y seguir marcos y estándares digitales de referencia y hacer una buena

selección a partir del conocimiento de sus las ventajas y limitaciones" (Diaz, 2020, p. 8). Implementar diferentes usos a la tecnología permite una mejor integración en la educación física, debido a que por lo general esta aleja a las personas de las actividades físicas, lo que impide una conciliación entre esta disciplina pedagógica.

Por ello, está dentro del papel docente integrar la tecnología como un apoyo de la actividad física e impedir que predomine la inactividad. La habilidad de un docente para poder utilizar un recurso no convencional para impartir un tema es importante, tal es el caso de la tecnología. A pesar de que algunos softwares y hardware estén diseñados para una función en específica, esta puede ser adaptada o utilizada para cumplir las actividades con una función para la que no fueron diseñadas específicamente.

Estrategias para implementar la tecnología en la educación física infantil

Existen una gran variedad de métodos en los cuales se puede utilizar la tecnología dentro de la educación física sin dejar de cumplir con los objetivos de esta disciplina educativa. Considerando que en esta área se deben realizar clases activas en las que los estudiantes hagan uso de sus habilidades motrices con el objetivo de desarrollarlas, se puede utilizar la tecnología como un recurso educativo que permita un aumento de los resultados.

Dentro de una clase se puede implementar el uso de herramientas tecnológicas las cuales favorezcan y faciliten el proceso de orientación del aprendizaje. Como primera idea a mencionar se puede implementar el uso de elementos visuales como un proyector, con el uso del cual se pueden implementar diferentes actividades utilizando una combinación del uso de la tecnología y la actividad física.

Gracias a las propiedades del proyector, este proyecta imágenes en superficies planas como paredes o sabanas, lo que permite presentar fotografías de un tiro al blanco para que los niños practiquen el lanzamiento, debido a esto se puede utilizar una superficie resistente la cual resista los lanzamientos realizados por los estudiantes. La actividad puede variar y aumentar la dificultad, por ejemplo, el tiro al blanco o el objetivo a lanzar el balón puede ponerse en movimiento.

Imagen extraída de Google

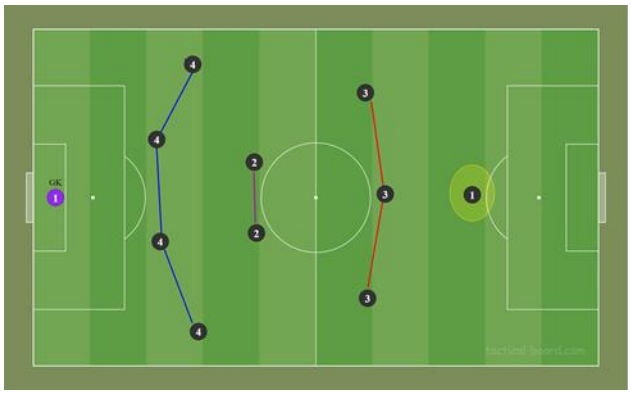
Imagen extraída de Google / Imagen extraída de TikTok

Se pueden utilizar una aplicación muy conocida en actualidad llamada “kahoot”. Es una plataforma digital la cual permite realizar exámenes de manera creativa y diferentes métodos, pero en este contexto se puede utilizar para en circuitos donde al completarlos, los estudiantes deberán responder preguntas en equipo.

https://kahoot.it/

Kahoot. Imágenes extraídas de Google

Como último elemento de software a proponer se encuentra “Tactical Board Online”, esta es una plataforma digital la cual sirve para crear representaciones graficas de las actividades o circuitos. Utilizando leyendas y la representación del campo en el que se llevará a cabo la actividad, esta página web o plataforma digital permite explicar una actividad a los estudiantes de manera más clara, lo cual a diferencia de solo utilizar las palabras el docente se ayudará de este elemento visual para que sus estudiantes entiendan claramente su función, papel o rol dentro de las actividades a realizar.



Tactical Board Online. Imágenes extraídas de Google

Además de elementos visuales se pueden utilizar elementos auditivos, como una bocina, un objeto muy utilizado en la vida cotidiana en la actualidad. Mediante el uso de la bocina se pueden reproducir canciones o músicas las cuales el docente puede usarlas para dirigir una Zumba o baile los cuales los niños con la emoción y el ritmo sientan la motivación de participar en esta actividad física, en el que el Profesor puede utilizar la música mientras los estudiantes realizan actividades físicas como circuitos o juegos motrices en los cuales estén en constante movimiento interactuando con el ritmo. Puede ayudarse de canciones llamativas y educativas las cuales llamen la atención de sus estudiantes y generen interés en ellos por lo que permite una clase más participativa en la que los niños desfruten activamente mediante la realización de la actividad física.

Imágenes extraídas de Google

Todas estas estrategias pueden ser utilizadas dentro del proceso de orientación del aprendizaje en el área de educación física, tanto para las clases prácticas, como también en las clases teóricas. Estas estrategias sirven para darles un apoyo a los docentes encargados, permitiendo clases más creativas y diferentes.

Uso de la tecnología en la educación física de República Dominicana

La República Dominicana es un país el cual busca mantener un buen puesto en la educación por lo que a modo de mejorarla se han realizado variedades de proyectos los cuales han permitido la integración de la tecnología en la educación dominicana. Con una inversión de RD$5,559,522,338.72 se implementó un proyecto en el cual se les entrego a los estudiantes de nivel primario tabletas tecnológicas para que sean utilizadas dentro del sistema educativo y fuera de él, donde se realizó una apuesta hacia la mejora de la educación con estos nuevos recursos. Estos recursos

fueron entregados con sus debidos equipos protectores y garantía para garantizar la duración de estos elementos tecnológicos (Presidencia de la República Dominicana, 2021).

Imágenes extraídas de Google

Estas tabletas tecnológicas pueden ser utilizadas para el área de educación física, donde el docente debe de planificar bien el uso que se les dará, ya que estos elementos al ser de uso personal del niño tienen como desafío que sean utilizados como elementos procrastinadores. “La opción del profesorado no es plantear TIC sí o TIC no. La opción realista consiste en decidir cómo y para qué introducir tabletas o teléfonos inteligentes en las aulas” (Koekoek y Van-Hilvoorde, 2018 citado en Diaz, 2020, p. 767). Es cierto que fue un buen proyecto de implementación de tecnología, pero tuvo como defecto el hecho de que se introdujo estos recursos, pero no las estrategias para utilizarlos.

La gran mayoría de estudiantes mantiene sus tabletas tecnológicas en sus casas, debido a que no son permitidas dentro de los centros educativos, lo que conlleva a que sean en la mayoría de los casos para jugar más que para estudiar y ser un recurso para el aprendizaje. Los docentes y el profesor de educación física deberían utilizar estrategias para que no sean utilizados estos recursos solo como elementos procrastinadores, también como una ayuda para indagar, buscar fuentes y aplicaciones las cuales brinden un aprendizaje significativo.

Con el objetivo de sustituir las pizarras tradicionales a tiza y marcador, se implementó una pizarra computarizada la cual permite impartir la clase de manera fácil para los maestros en los centros educativos dominicanos. Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD, 2020). Este fue un gran avance

para la educación dominicana, estas nuevas herramientas permiten a los docentes ejemplificar de manera más clara y significativa a los estudiantes.

En un estudio de caso, hablando sobre la diferencia entre cómo se plantea la educación y como se realiza menciona que “la mayoría de las docentes manifestó que, a pesar de existir los recursos para la educación, estos no llegan a tiempo a las instituciones educativas o simplemente no llegan, lo que les deja sin herramientas para ejecutar el trabajo formativo.” (Rozo, 2021, p. 9). En este sentido, cabe destacar que este autor no se refiere específicamente a las herramientas tecnológicas, pero si es el caso de que esta situación ocurre en los centros educativos al igual con estos recursos.

Es cierto que la mayoría de los centros educativos ya cuentan con pizarras tecnológicas y verdaderamente esto es un logro, pero, todavía faltan algunos a los que no han llegado los avances o implementaciones tecnológicas. Por necesidad las escuelas que no cuenten con los recursos tecnológicos deben realizar las clases de forma tradicional.

Con el nivel de desarrollo social y cultural que ha alcanzado la sociedad, la mayoría de las personas tienen en posesión dispositivos móviles, como tabletas, teléfonos y laptops, esta última mencionada siendo utilizada por la mayoría de los docentes. La gran mayoría de docentes por no decir todos tienen en posesión una laptop la cual cumple la función de facilitarles su trabajo del docente en los centros educativos, lo que permite un proceso de docencia y aprendizaje de calidad incluyendo obviamente a la educación física.

El uso de la tecnología como facilitador en el desarrollo de habilidades motrices y capacidades físicas se refiere a la aplicación de herramientas digitales, aplicaciones, dispositivos y recursos tecnológicos para apoyar, mejorar y monitorear el aprendizaje y la práctica de movimientos, ejercicios y actividades físicas, favoreciendo la adquisición de destrezas motrices y el fortalecimiento de la condición física.

Como método o estrategia de introducir el uso de la tecnología en el desarrollo de las habilidades motrices se propone utilizar organizadores gráficos digitales, como cuadros organizativos y aplicaciones como Excel, las cuales permiten mantener grandes cantidades de datos de forma organizadas. Para la recolección de información se puede utilizar cámaras y dispositivos de grabación para documentar las acciones de los individuos, lo cual se pueden determinar errores mediante a una

observación más detenida a diferencia de hacerlo en el momento o de forma tradicional.

Para el uso de tecnología al momento de las mediciones de las capacidades físicas, existen cronómetros los cuales toman la medición del tiempo. El tiempo es la magnitud utilizada para determinar la velocidad según la distancia y la resistencia según la duración de la persona realizando una actividad física generalmente correr. La flexibilidad y la fuerza son calculada de forma diferente, a lo cual a esta primera mencionada se le consigue su magnitud por medio de la longitud o distancia, se usa mediciones en centímetros (cm).

Para el aumento de la flexibilidad el conocimiento de los ejercicios adecuados es indispensable, más su realización adecuada, tal es el caso de la fuerza, la velocidad y la resistencia. El uso de aplicaciones y videos digitales permiten la distribución de información y del conocimiento necesario para una persona poder practicar para fortalecer su cuerpo aumentando su nivel en diferentes aspectos, lo que permite el aprendizaje individualizado y facilitar la docencia.

La integración de la tecnología en la educación física infantil se convierte en un componente esencial dentro de una Guía Didáctica para la promoción del desarrollo físico infantil a través de la educación motriz y la educación física, debido a que permite enriquecer las experiencias de aprendizaje y ampliar las posibilidades pedagógicas del docente. Por medio de recursos digitales como videos, aplicaciones interactivas o plataformas educativas, el profesorado puede ilustrar conceptos, demostrar movimientos y ofrecer retroalimentación visual sobre las habilidades motrices y capacidades físicas de los niños. Esta integración tecnológica favorece un aprendizaje más significativo, estimulante y adaptado a los ritmos individuales, siempre que se mantenga el equilibrio entre el uso de recursos digitales y la práctica activa del movimiento corporal, elemento esencial para el desarrollo integral en la infancia.

La tecnología actúa como mediadora en los procesos de observación, evaluación y mejora del desarrollo físico infantil, al facilitar el registro y análisis de la evolución motriz de los estudiantes mediante dispositivos de grabación o programas de seguimiento del rendimiento. De esta forma, el docente puede diseñar estrategias didácticas más precisas y personalizadas, fortaleciendo el vínculo entre la educación motriz y la educación física como ejes del desarrollo físico y emocional. integrar la

tecnología desde un enfoque pedagógico reflexivo y orientado al movimiento actualiza las prácticas docentes y potencia la capacidad del educador para promover una educación física de Calidad que fomente la autonomía, la creatividad y la salud motriz de los niños.

Referencias

Arufe-Giráldez, V. (2020). ¿Cómo debe ser el trabajo de Educación Física en Educación Infantil? *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación,* 37, 588-596. https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/25350/Arufe_Como_debe_ser_trabajo_educacion_fisica_infantil.pdf?sequence=3

Begnini Domínguez, L. F., Arteaga Alcívar, Y. A y Arroyo Barahona, C. M. (2022). *Educomunicación y recursos didácticos*. https://dspace.itsjapon.edu.ec/xmlui/bitstream/handle/123456789/3356/Educomunicaci%C3%B3n%20y%20recursos.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Brítez, M. (2020). La educación ante el avance del COVID-19 en Paraguay. Comparativo con países de la Triple Frontera. Pre- *Print Em Analise,* 0(0). https://www.researchgate.net/publication/340579355_La_educacion_ante_el_avance_del_COVID-19_en_Paraguay_Comparativo_con_paises_de_la_Triple_Frontera

Díaz Barahona, J. (2020). Retos y oportunidades de la tecnología móvil en la educación física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación* (37), 763-773. https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7243348.pdf

Estrada, J. M y Bennasar, G. M. I. (2021). Formación educativa en y desde las Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) en educación secundaria: el reto de hoy. *Revista Educación, 45*(2), 1-13. https://scholar.google.cl/citations?view_op=view_citation&hl=es&user=SsQtJhIAAAAJ&citation_for_view=SsQtJhIAAAAJ:ULOm3_A8WrAC

Gutiérrez, F. G. (2011). Conceptos y clasificación de las capacidades físicas. *Cuerpo, cultura y movimiento, 1*(1), 77-86. https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/rccm/article/download/1011/1260

Juanes Giraud, B. Y y Rodríguez Hernández, C. (2021). Educación física en tiempos de Covid-19. Valoraciones a partir de la utilización de las TIC. *Conrado, 17*(79), 32-40. http://scielo.sld.cu/pdf/rc/v17n79/1990-8644-rc-17-79-32.pdf

López, A. J. C., Gómez, U. M., Jaramillo, R. A. A., y Coyago, O. F. C. (2022). Desarrollo de habilidades motrices básicas de locomoción en clases educación física para educación primaria. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 6*(3), 3370-3387. https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/download/2470/3647

Ministerio de Educación de la República Dominicana. (2020). Ministerio de Educación sustituye pizarras de maderas por digitales en centros educativos. Recuperado de https://ministeriodeeducacion.gob.do/comunicaciones/noticias/ministerio-de-educacion-sustituye-pizarras-de-maderas-por-digitales-en-centros-educativos

Presidencia de la República Dominicana. (2021). *Presidente Abinader inicia la entrega de más de medio millón de tabletas para estudiantes de educación primaria*. Recuperado de https://presidencia.gob.do/index.php?id=16995656&lang=en

Rios, G. E. D y Rodriguez, D. L. (2021). Importancia de las tecnologías de información en el fortalecimiento de competencias pedagógicas en tiempos de pandemia. *Revista Científica de Sistemas e Informática, 1*(1), 69-78. https://revistas.unsm.edu.pe/index.php/rcsi/article/download/104/49

Rozo, M. J. P. (2021). Las competencias ciudadanas en la clase de Educación Física: entre las miradas desde la docencia y el discurso planteado en el currículo dominicano. *Revista Educación,* 257-269. https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/download/41402/45341

VI. UTILIZACIÓN DE MATERIALES NO ESTRUCTURADOS COMO RECURSOS PEDAGÓGICOS

Johanna Jiménez de Jesús[6]

El uso de materiales no estructurados en la educación física y la educación motriz ofrece una oportunidad, para potenciar la creatividad y la imaginación en la educación infantil, esto materiales no tienen un uso definido por esto permiten a los niños explorar, manipular y construir su propio aprendizaje a través de experiencias significativas. Está guía didáctica abordará la importancia del uso de materiales no estructurados en la educación motriz y física, también abordará los criterios para la selección de materiales no estructurados en una clase y de mismo modo se presentarán varias actividades donde se utilizarán materiales no estructurados.

Los materiales no estructurados, son objetos que no tienen un uso específico por ello son ideales para desarrollar la imaginación y creatividad. Si damos a un niño, una pelota o un bate para que juegue, imitara lo que ha visto hacer al adulto, pero si le ofrecemos elementos sin ningún fin en sí mismos como cajas, sacos o tela, el niño los obtendrá. Buscará la manera de jugar con estos elementos a través de su creatividad e imaginación, experimentando los distintos elementos creará un juego o hará una actividad, con estos elementos que no están diseñados para un uso en específico, pero son útiles para muchas cosas, y les ayudan a aprender mediante la experimentación en conjunto con su imaginación.

Importancia del uso de materiales no estructurados en la educación motriz

Los materiales no estructurados son importantes en la educación física y la educación motriz, debido a que facilitan a los estudiantes utilizar su creatividad e imaginación, de manera que esto ayuda a que comprendan los objetivos de la clase al utilizarlos y así creen y transforman el conocimiento. El juego es la más alta forma del desarrollo humano en la niñez, porque es en sí mismo la más libre expresión de lo que habita en el alma del niño, por tanto, es importante dejarles jugar libremente y que además lo hagan con materiales que supongan para ellos un enriquecimiento cognitivo (Friedrich, 1837 citado en García, 2020).

[6]Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, República Dominicana. 202410244@issu.edu.do. https://orcid.org/0009-0002-4942-2418

Nota. Imagen extraída de Google

En la imagen, se puede observar que los niños están jugando y lo hacen utilizando un material llamado saco o costal. Este se utilizar para almacenar arroz, alimentos o cualquiera otro elemento, sin embargo, en esta imagen los niños lo utilizan para jugar. Este juego tiene el nombre de "Encostalados o Ensacados" es un juego tradicional de competencia que se desarrolla colocándose un costal de los pies hasta la cintura y que consiste en saltar con el costal puesto de un punto a otro. El objetivo de este juego es realizar carreras, cada participante se coloca un costal de los pies a la cintura, se ubica en un punto y debe llegar a otro saltando con el costal puesto.

El material no estructurado, entendiéndolo como aquel que no ha sido creado específicamente para un fin educativo o lúdico concreto (Botas, 2008 citado en Oliveira y Teixeira, 2020), brinda la oportunidad de usar la imaginación y creatividad de formas ilimitadas. La interacción entre el movimiento corporal y el proceso de aprendizaje es fundamental para potenciar habilidades cognitivas, emocionales y sociales. Cuando los estudiantes participan en actividades que estimulan su motricidad, fortalecen su cuerpo y de igual manera mejoran su capacidad de concentración y memoria. El movimiento activo ayuda a mantener el cerebro alerta y favorece la creación de conexiones neuronales que son esenciales para el aprendizaje.

Desde un punto de vista pedagógico, muchos son los autores que abogan por la utilización de materiales no estructurados y de la importancia de experimentar y tener contacto con la naturaleza, para que los niños obtengan un buen desarrollo. Desde el nacimiento hasta los dos años, según Piaget, se encuentran en el periodo sensoriomotor. En este periodo, el desarrollo que sienten es enorme, ya que pasan de experimentar de forma refleja a realizar una experimentación más consciente basada en esquemas de conducta.

Posteriormente, Piaget sitúa el estadio preoperatorio a partir de los dos años, donde se sofistica su inteligencia de la práctica a la representación. Así pues, teniendo en cuenta las características de los niños en los dos primeros estadios de desarrollo según este autor, es importante facilitar materiales y espacios acordes a cada momento evolutivo para favorecer su desarrollo cognitivo.

Los materiales que se utilizan en el proceso de orientación del aprendizaje, con el propósito de favorecer el desarrollo del estudiante y logren simplificar la comprensión de contenidos, se llaman recursos didácticos (González, 2015). Estos les brindan a los niños la facilidad y la oportunidad de vincular la acción con el pensamiento, estimular su curiosidad, desarrolla independencia y autoestima. Expresar sus sentimientos, vivencias y necesidades, motivan e incentivan a que exploren su creatividad y, especialmente, les permite enlazar los conocimientos con las experiencias significativas, para que así puedan construir conocimientos nuevos.

Actualmente, los niños del nivel de educación inicial tienen dificultades para crear sus propios juegos de entretenimiento, con lo cual, se pierde el potencial creativo natural en la primera infancia. En tal sentido, es importante promover iniciativas con el uso de materiales educativos no estructurados en función de desarrollar habilidades en motricidad fina, autonomía y pensamiento crítico, entre otros. Los materiales no estructurados les permiten a los estudiantes ser responsables de su propio aprendizaje, esto hace que se sientan líderes y autónomos, en una etapa tan importante como lo es en la educación inicial donde están aprendiendo y explorando su creatividad.

Desde la primera infancia se busca desarrollar niños que cuenten con la iniciativa suficiente para explorar y descubrir su contexto a partir de situaciones cotidianas en la cuales se desenvuelve (Reis et al, 2021). Así pues, se considera importante brindarle materiales propios de su entorno natural, para que favorezcan la indagación, manipulación motricidad y en general el desarrollo de su autonomía de forma integral.

Los materiales didácticos educativos pueden ser estructurados o no estructurados, ambos son de gran utilidad en el servicio educativo, no obstante, no deben entrar en conflicto con el contexto cultural de los niños porque pueden transmitir la idea de que dicho material en si no tiene un valor significativo (Puentes y Rodríguez, 2021). En este sentido, se recomienda que el 50% de la unidad de

materiales educativos esté compuesto por materiales propios de la realidad. Por ello, es importante que el adulto acompañante brinde los materiales pertinentes del contexto donde se desenvuelven, para ofrecerles mayores oportunidades, en la cual, se beneficie la autonomía en la toma de decisiones con la información que tengan, tomando en cuenta los principios de responsabilidad moral existentes en su entorno (Respeito, 2021).

La pedagogía de Emilia Reggio, considerada por muchos como una de las mejores propuestas educativas para la etapa de infantil, describe como los niños deben ser protagonistas, es decir, éstos tienen capacidades, potencial, curiosidad e interés en construir su aprendizaje y por tanto, considera el ambiente como un aspecto fundamental. El material en sí mismo juega un papel muy importante dentro del ambiente, puesto que a través de éste los niños observan, experimentan, analizan y extraen conclusiones. Los educadores se encargan de buscar los materiales para guiar a los niños/as hacia los objetivos didácticos y se los presentan de forma ordenada, atractiva y motivadora porque la forma en la que se disponen también es clave en esta pedagogía.

En educación inicial los recursos didácticos son los mejores instrumentos para reforzar el aprendizaje de los niños, pues mediante estos se logran concretar sus conocimientos, permitiéndoles poner en práctica las competencias obtenidas previamente y el desarrollo de las nuevas (Fajardo et al, 2018). Por otro lado, los recursos didácticos logran dinamizar el proceso de orientación del aprendizaje, siendo esto un factor importante en la educación inicial, debido a que en esta se busca proporcionarles a los niños, espacios agradables y estimulantes, que promuevan la adquisición de nuevos aprendizajes y el desarrollo de competencias.

Igualmente, se puede destacar la percepción del psicólogo Jean Piaget, quien desarrolló ideas sobre el uso de materiales didácticos en la educación. En tal sentido, los materiales adecuados pueden ayudar a los niños a comprender conceptos abstractos de manera más concreta y tangible, mejorando su capacidad para retener y aplicar información en situaciones reales.

Estimular el desarrollo psicomotor a través de la manipulación de objetos, favorece el desarrollo de la creatividad y la estabilidad socioemocional, a través de un ambiente de juego en armonía y seguridad para los niños. Para hacer buen uso de los materiales no estructurados primero se debe establecer criterios de selección, los

cuales deben estar alineados a los contenidos que está orientando el docente y también que sean seguros para los niños, por lo deben de cumplir con ciertas características. Estas son: pueden encontrarse en cualquier entorno, ser accesibles, no tienen un uso educativo o lúdico específico, de bajo costo y, en muchos casos, reutilizables, además deben incentivar la creatividad y la imaginación en los niños.

Algunos ejemplos adecuados son: botellas de plásticos, cuerdas, llantas usadas, envases con tapas, corchos, retazos de tela, tubos de cartón, pelotas, cajas de cartón, telas, elementos naturales como piedras, ramas y hojas. Estos materiales deben ser seguros para los niños y adaptados a sus edades, de igual manera deben responder a los objetivos de aprendizaje de la actividad o juego. Es recomendable involucrar a los niños en la recolección y transformación para incentivar su creatividad y autonomía.

Estrategias didácticas para su implementación

En la educación física los materiales educativos son indefectibles ya que permiten desarrollar acciones deportivas, de salud mental, actividades gimnásticas, así como estimular el juego lúdico, que es parte fundamental de la labor práctica que propone esta área (Lozano, 2021). Por ello se debe tener presente que dichos materiales tendrán que responder a los objetivos que se han planteado realizar en las actividades del área con los estudiantes, aprovechando al máximo el uso de ellos. Por otro lado, hay que evitar su exceso, ya que lo que no se quiere hacer es que los estudiantes se distraigan del objetivo. Con el uso de los materiales estamos fomentando la creatividad y la imaginación.

El docente es una pieza clave para propiciar en los niños y en las niñas un adecuado aprendizaje. Debe ser quien, además de aportar materiales y crear un clima seguro basado en la afectividad y la confianza, cree espacios adecuados y suficientes, ya que esta globalidad va a propiciar que se produzca una interacción y un aprendizaje adecuados. El adulto debe generar la curiosidad, debe de ser capaz de alimentar la mente infantil, debe cambiar la forma de enseñar y trabajar como guía interpretando y adecuando el medio de aprendizaje a cada niño. Ayudar, asistir, desarrollar y estimular las habilidades de los niños son las tareas que debe de llevar a cabo un buen educador (García, 2020).

Primera actividad. Corre y encesta

Materiales: potes de refresco o botellas de jugo, piedras pequeñas, pelotas de papel y dos cajas de cartón. Para realizar esta actividad, el docente debe de pedir a sus estudiantes que busquen materiales del entorno, como potes de fresco o botellas de jugo, piedras que sean de un tamaño pequeño, papeles reciclados y cajas de cartón. Con estos materiales en mano, los estudiantes tendrán que llenar las botellas de refresco con las piedras pequeñas, y con los papeles deben de formar pelotas pequeñas cubriéndolas con cinta pegante o adhesiva.

Ya con todos los materiales en mano, el docente colocará dos hileras con los potes llenos de las piedras pequeñas, 5 pasos más adelante estarán colocadas al menos 10 pelotas de papel delante de cada hilera y al final habrá una caja simulando un aro de cancha. Para Iniciar con la ejecución de la actividad el docente dividirá el curso en dos grupos de estudiantes, los cuales estarán numerados del 1 al 2, los numerados 1 pasarán a la primera hilera detrás de las botellas llenas de piedra y los numerados 2 pasarán a la segunda hilera.

Cada actividad consiste en que los estudiantes tendrán que pasar en forma de zigzag por en medio de las botellas, cuando terminen de hacer ese recorrido tendrán que agarrar una de las pelotas que estarán ubicadas al final de la hilera y lanzarla hasta donde se encuentren la caja tratando de insertar, luego de que el estudiante haya hecho todo esto tendrás que volver hacia atrás corriendo y tocarle la mano al compañero que sigue para que él haga el mismo recorrido, de esa misma forma todos lo harán y el equipo que inserte más pelotas dentro de la caja será el triunfa.

Segunda actividad. Encuentra y crea

Materiales: hojas y elementos del entorno. Para realizar esta actividad los estudiantes deben de estar en un espacio amplio donde haya muchos árboles y elementos naturales. Esta actividad consiste en que el docente dividirá el curso en 3 grupos de 6 a 7 estudiantes, esto va a depender de la cantidad de estudiantes que se encuentren en el grado, cada grupo tendrá un espacio asignado para el desarrollo de la actividad. Entonces, el docente dirá a cada grupo una palabra como, por ejemplo: amor, amistad, azul, bello entre otras. Luego de que cada grupo tenga una palabra asignada con el conteo de 3 realizado por el docente los estudiantes deberán formar la palabra asignada con material del entorno, ya sea hojas, ramas, entre otros. Así mismo luego de que cada grupo haya formado la palabra asignada deberán de definirla o hacer una oración donde se incluya dicha palabra.

Tercera actividad. Manos y pies en movimiento.

Materiales: aros de cartón y botellas plásticas con piedras dentro. Para esta actividad, la organización de los materiales será lo siguiente: cuatro estudiantes en una hilera con un brazo de distancia, agachados agarrando un aro de cartón, 15 pasos de distancia más adelante estarán ubicadas 6 botellas plásticas llenas de piedras pequeñas en forma de hilera con una distancia de dos pasos.

Para el desarrollo de esta actividad, los estudiantes deben de pasar por en medio de los aros agallaos en forma de cuadrupedia, luego deberán correr hasta encontrarse con la hilera de las botellas plásticas llenas de piedras y pasar por en medio de estas en forma de zigzag. Además, deberán tocarle la tapa a la última botella y volver hacia atrás corriendo para que sus compañeros realicen la actividad.

Cuarta actividad. Piratas del ISFODOSU

Materiales: Doblones o monedas de cartulina, 20 pelotas de papel y 2 ramas de árboles. Esta actividad consiste en una batalla entre 2 grupos de estudiantes los cuales serán llamados piratas, este es un juego de rol, el cual tiene algunas reglas: para conseguir el tesoro (solo el profesor sabe dónde se encuentra escondido) hay que reunir los doblones necesarios para que el profesor les diga dónde está. Se reparten distintos roles entre los estudiantes: capitán, grumete, cocinero, lugarteniente, entre otros. Cada rol o rango tiene asociado distintos materiales para

disfrazarse y distintas armas (ramas de árboles, pelotas de papel y doblones o monedas de cartulina.).

Para el desarrollo de esta actividad los estudiantes deben simular que están en un barco y que se encuentran con otra tripulación entonces deben de enfrentarse para quitarle las posesiones y los bienes. Si en esta batalla dos piratas se enfrentan y uno de ellos es tocado este debe de darle las posesiones que tenga a su oponente ya sean los doblones, las ramas o las pelotas de papel,

Entonces el pirata que fue tocado y perdió sus posesiones pasará a una cárcel del equipo contrario, este pirata solamente puede ser rescatado si sus compañeros de tripulación realizan un pago de doblones a los que custodian la cárcel o si los piratas que custodian la cárcel están distraídos y sus compañeros pueden ir y tocarle una mano. El equipo triunfador va a ser quien al final del enfrentamiento tenga más posesiones.

Materiales no estructurados adaptado a la República Dominicana

La utilización de materiales no estructurados como recursos pedagógicos favorece el aprendizaje activo, la creatividad y el desarrollo motor en la infancia, al permitir que los niños experimenten, exploren y construyan sus propios significados a partir del juego libre y la interacción con su entorno. Estos materiales, como cajas, cuerdas, tubos, telas o elementos naturales, promueven la autonomía y la resolución de problemas, adaptándose fácilmente a contextos educativos con recursos limitados y fomentando una educación más inclusiva, participativa y vinculada a la realidad cotidiana del estudiantado.

Se destacan algunas instituciones las cuales incentivan y promueven el uso de material no estructurado en educación física para el desarrollo de las habilidades motrices y creatividad en los estudiantes. Instituciones como el Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD) y el Instituto Nacional de Educación Física (INEFI) se han dedicado a incentivar el uso de materiales no estructurados para el desarrollo de actividades innovadoras, debido a que en muchos centros educativos del país, especialmente los ubicados en zonas rurales, los docentes no cuentan con los recursos necesarios para impartir sus clases y la necesidad de fortalecer el aprendizaje en los estudiantes con recursos accesibles los cuales ayuden al desarrollo de sus capacidades físicas.

El Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD) y el Instituto Nacional de Educación Física (INEFI) tienen el objetivo de lograr que los estudiantes se sientan autónomos de su propio aprendizaje y aprovechen los materiales del entorno para que puedan tener un buen desarrollo en actividades innovadoras y poder aprender de manera significativa al mismo tiempo que desarrollen sus habilidades motrices.

Debido a las limitaciones que se presentan en los centros educativos de la República Dominicana con respecto a los materiales didácticos, los docentes han tenido que implementar la creación de recursos didácticos con materiales no estructurados. En muchos casos tanto los estudiantes como los docentes han tenido la tarea de crear sus propios materiales para el desarrollo de las clases con elementos reciclados del entorno. Esta acción ayuda a que los estudiantes puedan tener la libertad y autonomía de crear su aprendizaje a través de la creación materiales no estructurados.

En educación física los docentes han tenido que implementar la utilización de elementos como cajas, botellas plásticas, telas, papel, cartón, hojas, piedras, ramas, para diseñar actividades que propicien el desarrollo de habilidades motrices y obtener un aprendizaje significativo. Los materiales no estructurados forman parte de la cultura de la República Dominicana y se evidencian en juegos y dinámicas que se realizaban cuando se es pequeños y que hoy en día aún son parte de la cultura.

Los materiales no estructurados se han utilizados en juegos tradicionales que son parte de la cultura, como son “la soga”, “el encostado”, “el topao” y “la plaquita”, aunque algunas de las personas que utilizaban estos elementos para el desarrollo de

los juegos tradicionales no tenían el conocimiento de que son materiales no estructurados, lo utilizaban. Ahora que se tiene este conocimiento es evidente que los materiales no estructurados generan un aprendizaje significativo, porque estos juegos aún se recuerdan, así como los materiales que se utilizaban y las normas que tenían. Entonces los profesores de educación física deben de estar preparados y formados para propiciar su creatividad y así puedan tener un aprendizaje duradero y significativo a la hora del desarrollo de las clases y la realización de actividades.

En la actualidad los juegos tradiciones han sido utilizados y adaptados en programas escolares, cumpleaños, encuentros comunitarios para el desarrollo de las actividades físicas y la diversión; en eventos e iniciativas realizados por instituciones como el INEFI en proyectos como “INEFI con el Barrio”, Este programa fue diseñado para llevar actividades recreativas en barrios y zonas rurales con pocos recursos para el desarrollo de las capacidades físicas, creatividad y diversión. Los materiales no estructurados en educación física refuerzan los valores culturales de la República Dominicana incentivan la inclusión y destacan la importancia de la actividad física para el desarrollo de las habilidades motrices en la niñez de los dominicanos.

El Instituto Superior de Formación Docente Salome Ureña (ISFODOSU) tiene como filosofía garantizar una formación integral, oportuna y de calidad a favor de los estudiantes, mediante la aplicación de un modelo pedagógico innovador y eficiente. Desde esta percepción se comprende que la educación no se determina en lo teórico, más bien debe involucrar al cuerpo y a las acciones que se realizan con este como un instrumento de orientación del aprendizaje. En ese sentido, la asignatura de educación motriz II tiene un papel muy importante debido a que por medio de esta se perfeccionan las habilidades motrices, proporcionando r pruebas prácticas que favorecen entender la relevancia de estas para los niños.

Las acciones para realizar en las actividades son los siguientes: ejercicios de golpeo, lanzamiento, recepción, giros, desplazamientos y el trabajo colaborativo. El material para utilizar en el transcurso de todas las actividades son balones de balonmano, pero estos deberán ser creados por los mismos estudiantes, para que ellos se sientan cómodos, exploren su creatividad y sean autónomos de su propio aprendizaje.

Los elementos para crear este recurso no convencional son: colchas, fundas plásticas y cinta adhesiva. Para la elaboración del material deberán entrar la colcha

dentro de las fundas plásticas y formar una esfera luego, colocarán una capa de cinta adhesiva sumado a esto colocaran otra capa de funda mientras moldean el balón hasta que tenga forma de esfera y para finalizar le pondrán otra capa de cinta adhesiva.

Para la primera actividad llamada “Golpeo de balón con las manos”, los estudiantes deberán estar dispersos en el espacio, cada uno con un balón, los estudiantes deberán golpear el balón con distintas partes del cuerpo, de manera vertical, de abajo hacia arriba. Primero tendrán que golpearlo con la palma de la mano hasta tener un control de este, luego deberán golpearlo de la misma forma, pero desplazándose por el espacio. Su mano a esto lo también golpearan el balón con el dorso de la mano, el bíceps y el muslo. El uso del material no estructurado permitirá que los estudiantes no sufran ninguna lección, debido a que estará creado con elementos adecuados para proporcionar el bienestar de los estudiantes.

En la segunda actividad llamada “Lanzamiento de balón con las manos”, en esta los estudiantes deberán realizar técnicas de lanzamientos y recepciones. Los estudiantes iniciaran lanzando el balón hacia arriba con una sola mano y atrapándolo con la misma, primero con la mano derecha y luego con la izquierda. Luego se le añadirá el grado de dificultad, los estudiantes deberán dar una palmada antes atrapar el balón.

Para la tercera actividad llamada “Lluvia de balones”, los estudiantes tendrán que colocarse el balón detrás de la espalda y flexionar el tronco hacia adelante y lanzar el balón por encima de su cabeza para atraparlo por delante.

Con cada una de estas actividades lo que se quiere lograr es un aprendizaje activo, el trabajo en equipo, la participación y que los estudiantes puedan trabajar diferentes juegos y dinámicas donde se integren los materiales no estructurados, ya que estos permiten que las actividades se desarrollen de una manera más innovadora y permiten guiar el proceso de enseñanza aprendizaje, además coloca a los estudiantes como personajes principales en la creación de su propio conocimiento.

Referencias

Caldas Chavarria, D. (2022). *Materiales educativos no estructurados para el área de Educación Física y Educación Religiosa* [Monografía de Pregrado]. Universidad Nacional de Educación Enrique Guzmán y Valle. https://repositorio.une.edu.pe/handle/20.500.14039/9844

Edukar. (2024, 10 mayo). Importancia de la motricidad en la educación física - Edukar. *Edukar*. https://edukar.es/importancia-de-la-motricidad-en-la-educacion-fisica/

Łuszczykiewicz, J. (2024, 1 agosto). *¿Qué es la pedagogía Reggio Emilia y cuáles son sus principios? - LiveKid*. LiveKid. https://livekid.com/es/blog/que-es-la-pedagogia-reggio-emilia-y-cuales-son-sus-principios/

Materiales estructurados y no estructurados en la enseñanza de la Informática Educativa. (2022, abril). ResearchGate. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/363069827_Materiales_estructurados_y_no_estructurados_en_la_ensenanza_de_la_Informatica_Educativa

Recursos didácticos. Coggle. https://coggle.it/diagram/YzTmE-fA2wMryzTk/t/recursos-did%C3%A1cticos#:~:text=Piaget%20%282004%29%2C%20nos%20dice%20que%20los%20recursos%20did%C3%A1ctico,para%20estimular%20el%20aprendizaje%2C%20desarrollando%20la%20capacidad%20creativa.

Robles Chávez, Y; Diaz Medina, D y Nieto-Rivas, E. (2022, diciembre). *Materiales educativos favorecedores de la autonomía en la primera infancia*. ResearchGate. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/366098630_Materiales_educativos_favorecedores_de_la_autonomia_en_la_primera_infancia

Tres, M. P. (2021b, mayo 25). *Beneficios del material no estructurado*. Mis Primeros Tres - Embarazo, Bebés, Lactancia, Consejos Para Mamás, Maternidad. https://misprimerostres.org/categoria/actividades-ninos-seis-once-meses/beneficios-del-material-no-estructurado/

Vemw. (2023, 27 junio). *¿Qué dice Jean Piaget sobre el material didáctico?* excelMagister. https://excelmagister.com/que-dice-jean-piaget-sobre-el-material-didactico/

Webmaster. (2023, 6 febrero). *webmaster*. https://inefi.gob.do/2023/02/06/instituto-nacional-de-educacion-fisica-lanza-el-programa-inefi-con-el-barrio-con-el-respaldo-de-la-direccion-nacional-de-control-de-drogas-dncd/

VII. IMPACTO DE LOS RECURSOS DIDÁCTICOS EN EL APRENDIZAJE MOTOR

Carmelo Anthony Tejada Morel[7]

El uso de recursos didácticos tiene un impacto significativo en el desarrollo de las habilidades motrices y en la construcción del conocimiento a través de la experiencia corporal. Estos recursos, que pueden incluir materiales concretos, tecnológicos o manipulativos, estimulan la percepción, la coordinación y la exploración del movimiento, facilitando la comprensión de conceptos relacionados con el espacio, el tiempo y el control del cuerpo. Con estos elementos integrados en las actividades, el docente promueve un aprendizaje más dinámico y significativo, donde el estudiante se convierte en protagonista activo de su propio proceso formativo, fortaleciendo tanto sus capacidades físicas como cognitivas.

Los recursos didácticos pueden ser adaptados a las necesidades y niveles de desarrollo de cada estudiante, favoreciendo la atención a la diversidad y la inclusión educativa. El aprendizaje motor se enriquece cuando el uso de estos recursos se orienta hacia la experimentación y la resolución de desafíos motrices, fomentando la motivación, la creatividad y el trabajo colaborativo. Su adecuada selección y aplicación mejora la adquisición de destrezas motoras y potencia valores fundamentales como la cooperación, el respeto y la autonomía en el proceso educativo.

Son fundamentales en el aprendizaje motor, puesto que facilitan la adquisición, mejora y automatización de habilidades motrices. Su uso adecuado permite adaptar la docencia a las necesidades individuales de los estudiantes, optimizando la percepción, la coordinación y la ejecución de movimientos y contribuyen a la motivación y al desarrollo de aprendizaje más efectivos (Vargas, 2017). El uso de recursos didácticos en la educación física apoya el desarrollo de habilidades motrices y potencia la atención, la práctica constante y la confianza del estudiante en sus capacidades.

[7]Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, República Dominicana. 202410221@issu.edu.do. https://orcid.org/0009-0001-7539-3190

Aprendizaje motor y desarrollo de habilidades motrices

El aprendizaje motor es el proceso mediante el cual una persona desarrolla, mejora y automatiza habilidades motrices a través de la práctica y la experiencia. Involucra cambios en el sistema nervioso que permiten una ejecución más eficiente y coordinada de los movimientos. Con relación al desarrollo de habilidades motrices, hace referencia a la evolución progresiva de las capacidades motoras, desde movimientos básicos hasta acciones más complejas y especializadas. Este desarrollo depende de factores biológicos, ambientales y educativos, siendo clave en la formación integral del individuo.

El concepto de aprendizaje motor se refiere al proceso de adquisición de nuevas formas de comportamiento mediante el movimiento. El aprendizaje motor, normalmente trabajado en el área de educación física es indispensable para el desarrollo de los niños, debido a que les va a mejorar sus habilidades motrices. Al igual que contribuye en su bienestar en general, facilitando la realización de actividades cotidianas, adquiriendo hábitos saludables a lo largo de la vida, por tal motivo es importante implementar estrategias que fortalezcan el aprendizaje motor de manera efectiva de las cuales los recursos didácticos son un aspecto fundamental (Molina, 1995, p.35).

Desarrollar la motricidad de los niños les permite ser más activos en el ambiente que los rodea al igual van a tener un fortalecimiento cognitivo evitando accidentes cerebrovasculares con el tiempo. “Los beneficios de la actividad física van desde los neurológicos y su impacto hasta en patologías como la ansiedad y la depresión, reducir el riesgo de demencia, promover la función cognitiva y disminuir el riesgo de accidente cerebrovascular”. Por tanto, resulta fundamental concientizar a los estudiantes de la importancia que tiene la realización de actividades físicas (Caballero, 2020, p.122).

Recursos didácticos en educación física

Los recursos didácticos en educación física son fundamentales porque facilitan experiencias de aprendizaje más dinámicas, significativas y seguras, permitiendo que los estudiantes desarrollen habilidades motrices, cognitivas y socioemocionales de manera integral. A través de materiales variados: pelotas, aros, cuerdas, tarjetas de instrucción o incluso, recursos digitales, el docente puede diversificar las actividades, adaptarlas a diferentes ritmos y necesidades, fomentar la participación y mantener la

motivación del grupo. Estos recursos favorecen la comprensión de conceptos, la resolución de problemas, la creatividad y el trabajo colaborativo, contribuyendo a una práctica pedagógica más inclusiva y de mayor calidad.

Los recursos didácticos son todos aquellos medios empleados por el docente para apoyar, complementar, acompañar o evaluar el proceso educativo que dirige abarcando una amplia variedad que van desde la pizarra y el marcador hasta los videos y el uso del internet. Los recursos didácticos sirven como un punto de reforzamiento para los maestros, entonces afirma la importancia de utilizarlos en las clases, cualquier objeto se puede convertir en un recurso si sirve para explicar una clase además se pueden adaptar en diferentes ambientes según lo que se vaya a trabajar (Grisolia, 2010).

Las clases de educación física sin recursos didácticos puede dificultar el proceso del aprendizaje motor en los niños, debido a que estos representan un punto de motivación para llevar a la práctica lo que están trabajando, permitiéndoles interactuar con los objetos. “El material didáctico es una herramienta que admite la implementación de los métodos utilizados…” (Pardo et al, 2020, p.49). Los recursos didácticos convierten a los estudiantes en protagonistas de su propio proceso de aprendizaje generando conocimientos que perdurarán a lo largo de su vida. Desempeñan un papel fundamental al promover el desarrollo de la motricidad gruesa de manera efectiva y divertida, lo cual evidencia la importancia que tienen en la pedagogía para el aprendizaje motor (Carrillo et al, 2023).

Tipos de recursos didácticos en educación física.

Es fundamental reconocer la variedad de recursos didácticos que pueden emplearse en el área de educación física, los cuales se clasifican en convencionales y no convencionales. Los recursos convencionales comprenden aquellos materiales tradicionalmente utilizados en las actividades físicas y deportivas regladas, siendo propios del área y parte esencial de la práctica educativa. Por otro lado, los recursos no convencionales incluyen materiales que no se han empleado de manera habitual en la educación física, pudiendo ser elaborados con fines específicos o reutilizados de otros contextos, incluso a partir de elementos reciclados. Ambos tipos de recursos ofrecen amplias posibilidades pedagógicas que el docente puede aprovechar según la situación de aprendizaje y las necesidades de sus estudiantes (Nava, 2010).

Los métodos, técnicas, los materiales didácticos y los procedimientos representan los elementos constitutivos de las estrategias clave en la docencia, ya que su uso contribuye al desarrollo integral del estudiantado. Incorporar una variedad de recursos en las clases de educación física favorece la comprensión, incrementa la motivación y estimula la participación de los estudiantes. De igual manera, promueve el desarrollo de habilidades motrices gruesas y permite que las sesiones sean más dinámicas e interactivas. De esta forma, los recursos didácticos generan un impacto positivo en el aprendizaje, al propiciar experiencias significativas que mantienen a los estudiantes motivados e interesados en las actividades propuestas por el docente (Carrillo, Mejía, García y López, 2023; Nava, 2010).

Evaluación de habilidades motrices y sociales en educación física.

Al recibir clases de educación física, los niños entran en una etapa de desarrollo de sus habilidades motrices. Sin embargo, este proceso no se limita únicamente a la motricidad, puesto que también les permite reforzar y desarrollar habilidades sociales a través de diferentes estrategias planificadas por el docente. Una estrategia importante es el juego, mediante el cual el niño construye su aprendizaje y su propia realidad social. El juego será básicamente el escenario práctico a través del cual el desarrollo social, afectivo e intelectual de los niños se ven comprometidos con las dimensiones cognitivas superiores como: la inteligencia, el lenguaje, la memoria, la percepción y la atención (Vygotsky, 1984).

Por tanto, se deben implementar evaluaciones que permitan evaluar tanto el desarrollo motriz como social. En educación física se puede hablar de dos evaluaciones principales: objetiva y subjetiva, al igual que dos técnicas de mediciones cuantitativas y cualitativas. La evaluación subjetiva va a depender directamente del criterio del profesor se trata de dar una valoración luego de una actuación se lleva a cabo a diario, como en una exposición, el comportamiento del estudiante, la participación en clase ya que en esta evaluación se le permite al estudiante dar a conocer cuánto domina el tema que está aprendiendo. La evaluación objetiva se refiere es la que resulta de la utilización de pruebas o test ya establecidos y que ya tienen la validez por utilizaciones anteriores. El profesor solo se tiene que limitar a aplicarlas. Por ejemplo, un examen escrito con preguntas ya estructuradas en la que el estudiante deberá escoger la respuesta correcta (Alvarado et al, 2002).

La técnica cuantitativa pretende medir y cuantificar, de manera absoluta, un factor que se pretende observar en los estudiantes y que pueden ser aspectos como: tiempo, distancia, peso y número de repeticiones. Por la técnica cualitativa se entiende aquella que se basa en una escala de medida mental dependiente del pensamiento del examinador. Las técnicas cualitativas son asumidas como subjetivas, aunque es cierto que se puede conseguir una gran fiabilidad objetiva si se hace esta evaluación, por medio de técnicas de observación, estableciendo escalas categóricas de observación, procedimiento éste muy utilizado para trabajar en ciencias sociales (Díaz et al, 1993).

Estas evaluaciones permiten al docente dar seguimiento a las habilidades y conocimientos que los estudiantes adquieren durante el proceso de orientación del aprendizaje. De este modo, es posible identificar áreas que requieran refuerzo y asegurar que los objetivos específicos del grado se cumplan. Así, se contribuye a la formación de individuos integrales, activos y capaces de aplicar sus aprendizajes en la vida cotidiana, fomentando el desarrollo físico y social de los estudiantes.

El papel de los recursos didácticos en la motivación.

Los recursos didácticos son fundamentales para que los estudiantes puedan sentirse motivados por el tema que se está trabajando, la utilización de los recursos puede ayudar significativamente en el interés de los estudiantes por la clase, ayudan a motivar la clase, facilitan la percepción y la comprensión de los hechos y conceptos. En este sentido, los recursos didácticos son indispensable para facilitar el aprendizaje de los estudiando (Adelina y Vilela, 2023).

La creatividad de parte del docente para la utilización y creación de los recursos didácticos es clave. Es importante que los docentes tengan conocimiento de lo que es un material didáctico, puesto que es difícil aplicar de manera efectiva algo que no se conoce. Es importante que conozcan, comprendan y asimilen las características del material didáctico, para que propicien ambientes de aprendizajes significativos dentro del aula, que se valgan de lo que hay en su medio para diversificar las formas de aprendizaje y crean ambientes agradables, nutritivos y activos en la formación. Por lo tanto, para poder aplicar los recursos apropiadamente debemos de estudiar las diferencias que existen para poder adaptar en caso de que sea necesario el recurso que estamos utilizando Manrique y Gallego, 2018 citado por Adelina y Vilela, 2023).

Como se ha venido explicando los recursos didácticos son instrumentos que facilitan la práctica docente, pero es importante considerar como organizarlos y seleccionar los materiales adecuados para la clase. En ese sentido, los criterios para la selección de recursos didácticos hacen referencia a las características que un recurso didáctico debe de cumplir para ser implementado según las características de los estudiantes y el contenido que se quiere impartir, es decir, cada recurso debe adaptarse según la intención pedagógica que el maestro quiere cumplir a lo largo la clase. Los criterios los recursos didácticos deben cumplir son los siguientes:

-Integrales, al momento de trabajar con un material didáctico hay que tener en cuenta que todos los puedan manejar y tener acceso a este, ya que, siempre es bueno fomentar la inclusión debido a que la educación es de para todos, esto va a permitir un desarrollo equilibrado de los estudiantes.

-Adaptables, cuando un docente elija un material didáctico siempre deberá de tener en cuenta que este sea fácil de adaptar, ya que, cada estudiante tiene estilos de aprender diferentes por lo que un material flexible puede ayudar mucho a ajustarse a los diferentes niveles de comprensión.

-Atractivos, el material didáctico debe llamar la atención de los estudiantes, de esta manera van a tener curiosidad sobre la utilidad de dicho material didáctico por lo que siempre estarán motivados y positivos a realizar las actividades del profesor. Una estrategia efectiva es el uso de colores llamativos en los recursos, como el uso de imágenes para favorecer la retención de información.

-Precisos, este apartado va a depender de las características de los estudiantes, pero de igual manera al momento de diseñar un recurso didáctico se debe de tener en cuenta que es para los estudiantes por lo que debe ser fácil de identificar su utilidad, para evitar generar confusiones, si realizas un balón de futbol no puede parecer de baloncesto en su diseño, ya que puede generar un mal concepto en los estudiantes.

Si los recursos didácticos cumplen con al menos estos cuatro criterios, se habrá seleccionado materiales que realmente potencien el aprendizaje de los estudiantes. Un recurso bien elegido facilita el aprendizaje al igual que estimula la motivación de los estudiantes en un ambiente de inclusión. Igualmente, recuerda que la creatividad y la innovación en la selección de los recursos pueden hacer que la educación física sea más enriquecedora para todos (Díaz 1996).

Desafíos y oportunidades de los recursos didácticos en la educación física de la República Dominicana

En la Republica Dominicana, existen muchos desafíos en este ámbito, ya que la mayoría de las escuelas tienen pocos materiales didácticos o los tienen en deterioro, Es fundamental el papel positivo de la infraestructura curricular y no curricular en el aprendizaje escolar, al mismo tiempo que advierte sobre problemas de deterioro, carencias e insuficiencias que afectan a los grupos más vulnerables, es decir, que algunos centros educativos retirados son los más afectados en esta situación reflejando la importancia de mejorar para favorecer un buen desarrollo de los estudiantes en su aprendizaje motor López, 2018 citado en Amador-Pérez, 2024).

En el estudio realizado se evaluó la favorabilidad del perfil docente y los recursos físicos en centros educativos de nivel primario en Santo Domingo Norte. Los resultados mostraron que, el perfil docente mostraba un alto nivel de favorabilidad alcanzando un 83.9%, mientras que los recursos físicos e infraestructura obtuvieron solo un 56.6%, evidenciando carencias significativas en materiales y espacios adecuados para la práctica de la educación física (Pérez, 2024).

La preparación de docentes de educación física de calidad va a ayudar positivamente al uso efectivo de los recursos didácticos aprovechando la favorabilidad que estos tienen, en una publicación se destaca la necesidad de fortalecer la formación continua de los docentes en educación física para garantizar una educación de calidad. La falta de capacitación adecuada limita la capacidad de los educadores para utilizar eficazmente los recursos didácticos disponibles y adaptarse a las necesidades cambiantes del entorno educativo (García et al, 2924).

Un aspecto a favor en la educación física en la Republica Dominicana es que se ha estado utilizando la gamificación como recurso para el aprendizaje motor. Esta es una estrategia motivacional que permite pensar en un concepto y transformarlo en una actividad que puede tener elementos de competición, cooperación, exploración y narración y que busca la consecución de objetivos a medida de una organización (Parente, 2016, citado en García, 2022). La gamificación sin duda alguna es una herramienta importante para realizar de una manera dinámica la educación física.

Para comprobar la efectividad del uso eficaz de los recursos didácticos se aplicó una clase práctica a un 3er grado de primaria, para esto se trabajó como tema

la coordinación dinámica general, para esta clase se estuvo trabajando con conos, aros y minas estos materiales son los más frecuentes en las escuelas de la República Dominicana.

En el momento de iniciar la clase los estudiantes se mostraban un poco inquietos por lo que fue un poco complicado organizarlos, para poder motivarlos y captar su atención se dirigió un calentamiento por medio de una zumba, lo cual estaba estratégicamente planificado. “La zumba vuelve a la clase más dinámica y divertida, se deben a que está compuesta de distintas canciones y de distintos ritmos: pasa de una cumbia colombiana a una bachata, a un merengue, o hasta a canciones de rock nacional” (Pandolfo, 2019, párr. 5).

Esta fue una buena estrategia para organizar los niños, luego se procedió a organizar los recursos en la cancha de baloncesto para la ejecución de la clase, al momento de hacerlos los niños estaban entusiasmados por hacer la actividad, todos mostraban una actitud positiva, también hacían preguntas y dialogaban entre ellos para saber qué es lo que iban a realizar. La clase consistía en un circuito colaborativo donde los estudiantes debían de correr a velocidad en zigzag por el medio de los conos para luego saltar los aros que estaban posicionados delante de los conos, un salto hacia adelante y otro hacia atrás, luego tenían que dirigirse a velocidad a darle la mano a su compañero para que este siguiera la secuencia.

Durante la actividad completa lo estudiantes tuvieron un importante compromiso motor, los estudiantes en todo momento se sintieron motivados a realizar la actividad, nunca bajaron el ritmo hasta que la actividad terminara, reflejando los beneficios que tiene el uso estratégico de los recursos didácticos para potenciar un aprendizaje motor en los estudiantes.

Desarrollo de las habilidades motrices en los estudiantes

Las habilidades motrices constituyen una base importante en el desarrollo de los estudiantes, estas le permiten al niño adquirir una serie de capacidades las cuales les serán útil para desenvolverse con eficacia y seguridad en la vida cotidiana, al mismo tiempo tendrán un mejor dominio de su cuerpo y se desarrollan competencias esenciales tanto para actividades diarias como para la práctica deportiva.

Las habilidades motrices son acciones que involucran el movimiento de los músculos del cuerpo. Estas se dividen en dos grupos: las habilidades motoras gruesas, son las que incluyen los movimientos de músculos grandes como brazos,

piernas, pies o todo el cuerpo y las habilidades motoras finas, que son acciones más pequeñas, como agarrar un objeto entre el pulgar y un dedo o usar la lengua para probar objetos. Ambos tipos de destrezas motoras usualmente se desarrollan juntas, debido a que muchas actividades dependen de la coordinación de las destrezas motoras gruesas y finas (Shimpiukat, 2012).

Cabe destacar que es importante que se utilicen recursos según la edad y el nivel de los estudiantes para garantizar que los resultados sean los esperados, debido a que a un nivel primario no se puede trabajar con materiales estrictos como quizás se haga en secundaria son dos niveles de desarrollo totalmente diferentes, al igual que se está cuidando a los estudiantes, siempre es importante mantener la seguridad, lo cual es uno de los criterios para selección de recursos didácticos anteriormente planteado.

Ejemplos prácticos de la aplicación de recursos didácticos

Como se ha venido explicando a lo largo del documento el uso adecuado de los recursos didácticos en el área de educación física permite estructuras actividades prácticas que favorecen el desarrollo de las habilidades motrices de una forma lúdica en los estudiantes. A, continuación, se presentan algunas actividades que se pueden realizar para trabajar utilizando materiales convencionales y no convencionales de bajo costo y reciclables

Circuitos motrices con estaciones. Representan una excelente estrategia para desarrollar múltiples habilidades en una sola clase. Consisten en una serie de estaciones organizadas en un espacio amplio, por las que los estudiantes deben rotar cumpliendo diferentes desafíos motrices.

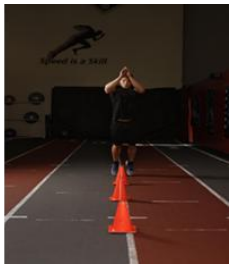
Estación 1: los estudiantes deben saltar aros colocados en el suelo modo peregrina con el sonido del silbato para rotar. Estarán fortaleciendo la coordinación y el equilibrio.

Imágenes extraídas de YouTube

Estación 2: los estudiantes en unas primeras colchonetas deberán rodar y en unas segundas deberán arrastrarse hasta el final. En esta estación estarán trabajando con la agilidad y la orientación espacial.

Imágenes extraídas de Google

Estación 3: Deberán correr y saltar una serie de conos que estarán ubicados un poco lejos de donde están ubicados los estudiantes, desarrollando las habilidades motrices básicas.



Imágenes extraídas de Google

Estación 4: los niños deben correr en zigzag entre conos, estimulando la velocidad de reacción y el control corporal.

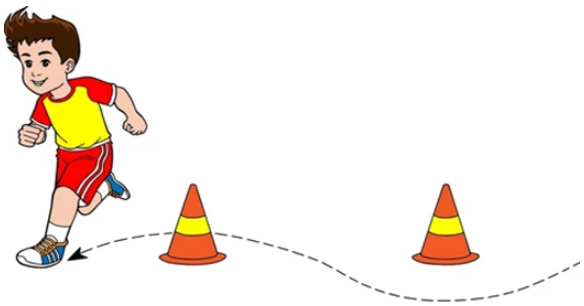


Imagen extraída de Google

Lo planteado anteriormente, constituye un ejemplo de una actividad que se pueden utilizar para trabajar las habilidades motrices de los estudiantes, como podemos percatarnos el organizar estaciones va a permitir fortalecer múltiples habilidades en un mismo momento. En ese mismo sentido, se estarán realizando de manera lúdica y los estudiantes se van a sentir motivados a cambiar de estaciones. Para esta estrategia se necesitan la utilización de recursos didácticos, al momento de

organizar el espacio con estos los niños se van a sentir emocionados por realizar las actividades lo cual va a ayudar a que todos participen siempre fomentando la inclusión en todo momento en el ambiente educativo.

Referencias

Adelina y Vivela. (2023). Los recursos didácticos como apoyo en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes. *Journal Scientifi,* 7(3), 8. https://www.investigarmqr.com/ojs/index.php/mqr/article/view/663/2627

Bennasar-García, M. I. (2022). La gamificación en la clase de Educación Física como estrategia didáctica de motivación académica en la República Dominicana. *Papeles, 14*(28), e1249. https://doi.org/10.54104/papeles.v14n28.1249

Bennasar-García, M.I (Compilador, 2024). *Estado del Conocimiento y Desafíos de la Educación Física de Calidad en la República Dominicana: Perspectivas desde el Recinto Luis Napoleón Núñez Molina*. https://publicacionesipb.investigacion-upelipb.com/index.php/libros/catalog/view/47/42/56

Materiales didácticos para el desarrollo de la motricidad gruesa en niñas y niños de 4 años. (2024). *Sinergia Académica*, *Volumen 7*. https://www.researchgate.net/publication/378654861_Materiales_didacticos_para_el_desarrollo_de_la_motricidad_gruesa_en_ninas_y_ninos_de_4_anos

Monge Alvarado, M. D & Meneses Montero, M. (2002). Instrumentos de evaluación del desarrollo motor. *Revista Educación*, 26(1), 155-168. https://www.redalyc.org/pdf/440/44026113.pdf

Moreno, F. J y Ordoño, E. M. (2009). *Aprendizaje motor y síndrome general de adaptación. Motricidad. European Journal of Human Movement,* 22, 1-19. https://www.redalyc.org/pdf/2742/274219861001.pdf

Navas, F. (2010, enero). *Recursos y materiales en educación física. efdeportes.com*. https://www.efdeportes.com/efd140/recursos-y-materiales-en-educacion-fisica.htm

OTERO. (2019). *Aprendizaje motor y desarrollo de destrezas*. Microsoft Word. https://deporte.unam.mx/cecesd/investigacion/pdf/01.pdf

Pandolfo (2019). *Zumba: cuáles son los beneficios y contraindicaciones de la práctica*. La Nación. https://www.lanacion.com.ar/lifestyle/zumba-beneficios-contraindicaciones-nid2212206/

Perea-Caballero A.L et al. (2019). Importancia de la Actividad Física. *Revista Médico-Científica de la Secretaría de Salud Jalisco*, *2*, 122. [Documento en PDF]. https://www.medigraphic.com/pdfs/saljalisco/sj-2019/sj192h.pdf

Pérez Ete Al. (2024). Recurso didáctico con materiales del entorno para el desarrollo de la motricidad fina inicial. *Boletín Científico. Ideas y Voces*. https://ciciap.org/ideasvoces/index.php/BCIV/article/view/130/148

Pérez, A. (2024). *Favorabilidad del docente y los recursos físicos para la práctica de educación física en el nivel primario.* Congreso Cibaeño de Investigación Educativa. https://congresos.isfodosu.edu.do/index.php/ccie/article/view/1018/329

Sánchez Ete Al. (2020). El juego como representación del signo en niños y niñas preescolares: un enfoque sociocultural. *Revista Educación*, *44*. https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/view/40567/43081

Saraguro, J. M. C., Cagua, S. G. L., Y Jácome, (2024). Materiales didácticos para el desarrollo de la motricidad gruesa en niñas y niños de 4 años. *Sinergia Académica*, 7(Especial), 215–234. https://doi.org/10.51736/sa.v7iespecial.207

Shimpiukat, a. (2012*). Elaboración de recursos didácticos para desarrollar la motricidad fina y gruesa en los niños de 3-5 años de educación infantil familiar comunitario de CECIB* (Universidad Politécnica Salesiana Sede Cuenca). https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/6774/1/UPS-CT003496.pdf#page=23.42

Suárez-Ramos, JC. (2017). Importancia del uso de recursos didácticos en el proceso de enseñanza y aprendizaje de las ciencias biológicas para la estimulación visual del estudiantado. *Revista Electrónica Educare*, *21* (2), 1. https://doi.org/10.15359/ree.21-2.22

Vargas Murillo, G. (2017). Recursos educativos didácticos en el proceso enseñanza aprendizaje. *Cuadernos Hospital de Clínicas*, *58*, 68. http://revistasbolivianas.umsa.bo/scielo.php?pid=S1652-67762017000100011&script=sci_arttext&tlng=es

TERCERA PARTE

DISEÑO DE SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA INFANTIL Y ACTIVIDADES MOTRICES SALUDABLES

VIII. DISEÑO DE SESIONES DE EDUCACIÓN FÍSICA INFANTIL Y ACTIVIDADES MOTRICES SALUDABLES

Ronny De Jesús Caba-Payero[8]

El diseño de sesiones de educación física en la etapa infantil debe adaptarse a las características, intereses y necesidades del desarrollo integral de los niños. Una buena planificación considera la edad, el nivel de madurez motriz, el tiempo de atención y la diversidad del grupo, con el propósito de favorecer aprendizajes significativos mediante el movimiento. Las sesiones deben estructurarse de forma dinámica y lúdica, incluyendo actividades que estimulen la coordinación, el equilibrio, la orientación espacial y la expresión corporal. En este sentido, el docente debe crear un ambiente seguro, motivador y afectivo que promueva la participación, la autonomía y el disfrute del movimiento.

Las actividades motrices saludables contribuyen al desarrollo físico, emocional y social del estudiantado, fomentando hábitos de vida activa desde edades tempranas. A través del juego y la exploración, los niños fortalecen sus habilidades motrices y adquieren valores como la cooperación, el respeto y la empatía. Estas experiencias favorecen la creatividad, la autoestima y el sentido de pertenencia, permitiendo que el movimiento se convierta en un medio para aprender, compartir y construir bienestar. De esta manera, la educación física infantil se consolida como un espacio formativo esencial para promover la salud y el desarrollo integral.

Lograr contar con secciones enfocadas en el juego en la educación física es un pilar importante respecto a la versatilidad que ofrece, busca el aprendizaje de los niños, sin excluir el juego en sí mismo. Entretener es una tarea que se puede desarrollar de manera sencilla. Con colocar una pantalla delante de los niños es posible captar su atención y mantenerlos entretenidos incluso horas detrás de las pantallas azules, sin embargo, este enfoque limita el movimiento y poca interacción que este puede experimentar con sus homólogos (Parada et al, 2021).

El juego es un proceso que practicamos desde que nacemos. Los adultos se divierten jugando, aunque tengan otra intencionalidad ya sea monetaria, demostrar

[8]Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, República Dominicana. 202410038@issu.edu.do. https://orcid.org/0009-0000-3274-8222

superioridad o por el mero placer de salir con la victoria y alimentar su ego. Los niños también practican el juego empero, tiene finalidades muy distintivas, los niños lo hacen por diversión, por placer jugar. Aprovechando esta vía de captación de atención, se debe estimular al niño a través de actividades lúdicas para que construya su propio aprendizaje significativo (González-Villavicencio et al, 2022).

Mientras juega, se entrena, porqué este le demanda de toda su atención, de igual forma lograr interactuar con otros compañeros, si el juego que se está desarrollando incluye de otros participantes como lo es el caso en el cual se desea enfatizar en esta sección. El ambiente forma parte del aprendizaje que van desarrollando los niños mientras juegan, no limitando el entorno a objetos sino también enfocado a la sociedad, que lo rodea y a los medios los cuales el niño se ve expuesto durante toda su infancia y crecimiento (Vygotsky, 1978).

Estructurar y organizar sesiones que integren los factores mencionados, permite alcanzar un aprendizaje significativo, brindar espacios de entretenimiento y favorecer el desarrollo a través del juego. De esta manera, las actividades propuestas no solo promueven el movimiento y la diversión, sino que también contribuyen a la formación integral de los niños. El docente, al incorporar juegos diseñados con propósito educativo, busca informar y formar a los estudiantes, proporcionándoles conocimientos y experiencias que les resulten útiles en su vida cotidiana y en su proceso de crecimiento personal.

La alimentación es algo vital para poder subsistir. En palabras de Hipócrates: Debemos procurar que el alimento sea nuestra medicina y nuestra medicina nuestro alimento, en este sentido, existen juegos que se pueden desarrollar como secciones de clase que fomentarían que los niños aprendan de manera indirecta mediante el juego que alimentos les pueden ser de bien y cuáles es preferible evitar o comer en menor proporción para evitar daños en su organismo.

Desde que somos niños vamos acuñando hábitos de nuestros padres, que luego al ir creciendo se siguen replicando, como el estilo de alimentación, que pueden provocar desde hipertensión, colesterol alto, distensión abdominal y problemas de obesidad los cuales pueden desencadenar diabetes del tipo 2. Si no se hace un alto y se analiza realmente lo que se está ingiriendo se desencadena toda una avalancha de enfermedades (Simo, 2024).

Actividades lúdicas que favorecen el aprendizaje infantil

A continuación, se exponen actividades lúdicas que favorecen el aprendizaje de los niños. Desde su etapa inicial, es recomendable que adopten buenos hábitos que los que formen al hombre del mañana.

El semáforo de los alimentos. Este juego se puede desarrollar colocando alimentos que sean realmente saludables como frutas, carnes, lácteos, aceites preferiblemente vírgenes y tratar de evitar los hiperpalatables. A este juego se le pueden agregar múltiples variantes, dependiendo del entorno en el cual se vaya a desarrollar y las comidas que se tengan al alcance.

El color rojo del semáforo será representado con los comestibles hiperpalatables, gaseosas o que sean de alto índice glucémico y calórico. El color amarillo será representado por refrigerios que pueden ser consumidos, pero teniendo siempre en cuenta que no se debe abusar de los mismos como lo es el caso de yogur, carnes rojas, dulces. En el caso del color verde serán alimentos que se pueden consumir más a menudo en la dieta como el huevo, pollo, agua, frutas y verduras.

El juego del semáforo se puede realizar con aros al extremo de la cancha y los niños con imágenes de comidas los van colocando donde consideran que deben ser. Se puede realizar un tren que transita por la ciudad y cuando ve un comestible no saludable se detiene; cuando ve uno que se puede consumir, pero no excederse, se detiene un poco y cuando ve unos saludables pues continúa su camino.

Imagen extraída de Google

El juego del semáforo saludable tiene la finalidad de educar a los niños acerca de cuáles alimentos pueden estar más presentes en su dieta y a pesar de que se considera que todavía no tiene la capacidad de elegir que comer y que no; si pueden

ser portavoces en sus hogares de cual no es bueno ingerirlo a menudo. Es un viaje educativo tanto para el niño como para los padres, con este juego el niño se divierte y aprende como comer más saludable, puede trasmitir que aprendió a otros compañeros y también aprende una norma universal de tránsito del significado de los colores del semáforo. En alto se detiene, en amarillo debe ir reduciendo y en verde puede ser adelante porque lo está haciendo bien.

Explorando mi cuerpo. Tiene la finalidad de que los niños logren aprenderse las partes del cuerpo humano mediante una canción en la cual poco a poco se irán incorporando más partes. En esta actividad se trabaja en dúo, donde los niños tendrán a su compañero en el frente de la fila contraria. Seria fila 1 y 2 en el juego cuando se esté cantando o si el maestro coloca una canción, por ejemplo, cabeza, rodilla, muslos y cadera, los del frente solamente se limitan a observar a su compañero del frente y luego que esto practiquen las partes o replica la siguiente fila. Esto buscará un aprendizaje entre pares.

Este sencillo, pero muy útil juego, hace que los niños mientras lo estén realizando se diviertan y se vayan aprendiendo las partes del cuerpo lo cual luego lo puede ayudar para indicar si tiene alguna molestia, si se requieren golpear algo ya sea con la mano o con la pierna y que el niño pueda entender cuando se le diga comunique. Este juego al igual que el anterior se puede adaptar y hacer variantes, por ejemplo, mientras se esté desarrollando el juego en un momento el docente puede decir salto y que los niños salten, puede también incluir agacharse y los niños replicarlo para ir desarrollando en ellos estas habilidades que en la cotidianidad se requieren.

Buscando el tesoro extraviado. Consiste en desarrollar la lateralidad, la cual, desempeña un rol importante en la formación y alfabetización de los niños. Un ejemplo, mediante una observación con unos niños de preescolar, al momento de intentar mostrar la diferencia entre la (p) y la (q) hay niños que tiene dificultad por no saber diferencial cuál es su derecha y cuál es su izquierda. También para recibir direcciones en caso de que estos necesiten de ayuda para lograr ubicar una dirección o lugar en específico, por ejemplo, sigue derecho y al final dobla una izquierda y luego una derecha. Reconociendo lo importante de dominio de la lateralidad, el juego se desarrolla de la siguiente manera:

Imagen extraída de Google

El docente forma un tren en el cual el guía o es el capitán del tren, luego tener previamente una ruta de conos, va dando giros y va señalando con su mano para donde va a doblar, por ejemplo “ahora vamos a la izquierda y levanta su mano izquierda y doblan, los niños están detrás de él, imitando sus movimientos. Al momento de practicarlo luego solo o en pares podrán guiarse de la mejor manera posible sin verse en la necesidad de utilizar el efecto espejo que en ocasiones crea confusión en los niños ya que el profesor estar colocado de frente a ello cuando se levanta la mano derecha, ellos ven que se está levantando la izquierda y así con la mano contraria.

Al final del camino cuando logren llegar al tesoro el profesor puede darle pegatinas con flechas que indiquen la derecha y la izquierda, cuestión que estos se la puedan colocar en sus manos para que practiquen en resto del día con ellos, esto les servirá como brújula imaginaria.

Simón dice. Este juego se puede adaptar a distintas edades y sacarle su máximo potencial con diferentes mandatos. Como no en todo momento se tiene la oportunidad de ir a un área abierta, este juego está diseñado para poder jugarlo tanto dentro como fuera del aula. El profesor o monitor le puede agregar distintas variantes. En este caso quedan plasmadas las siguientes: los estudiantes deben contestar un sí o un no y realizar las siguientes preguntas, Simón dice que la calle la podemos cruzar solo, a lo que los niños deben decir en coro que no, luego el profesor dice Simón dice que podemos golpear a nuestro compañero y ellos vuelven a dar una respuesta negativa.

De igual forma también se puede hacer para mandatos en positivo como, por ejemplo, Simón dice que hay que comerse los alimentos, Simón dice que debo obedecer a mami y papi a lo cual la respuesta debe seguir siendo positiva, en caso

de que se note que algún estudiante no indique la respuesta correcta, el profesor ratifica preguntando otra vez y diciendo porque de la respuesta.

La finalidad de este y los demás juegos abordados es que los niños no simplemente se diviertan mientras lo practican; sino que también puedan tener un aprendizaje significativo y poder ponerlo en práctica en su diario vivir. El niño aprende mediante lo experimentado y que mejor manera de expresarlo que utilizando la práctica, el tacto, la visión y la audición, cuando un niño logra experimentar en un juego unas actividades que vaya en su beneficio, que pueda platicar con otros compañeros y rodearse del entorno es lo que importa para su desarrollo continuo (Piaget, 1970).

Al principio, se mencionó que el niño juega por diversión y por unos intereses más allá como en el caso de los adultos y si el maestro logra conectar y focalizar su clase en un enfoque más divertido y a través de este tipo de juegos lograr captar la atención de sus estudiantes, que tengan un aprendizaje y objetivos logrados, también tendrán bajo su poder habilidades desarrolladas que pueden compartir a sus padres y ponerlas en manifestó para la vida que es el fin de la escuela, lograr que los niños tengan unos aprendizajes que puedan poner en práctica fuera de la escuela eso le da la información y a su vez la formación.

Así como son importantes los aprendizajes basados en proyectos y tareas, igual importancia tiene el modelo lúdico que siempre acapara la atención de los estudiantes porque les entretiene y divierte. Si el maestro logra usar el juego, combinado con otros métodos, eso provocará una conexión directa en el aula y permitirá que los aprendizajes fluyan. En su gestión el Ministro de Educación de la Republica Dominicana, resaltó la importancia que tienen las actividades lúdicas para el aprendizaje de los estudiantes en todas las edades (Mirabal, 2020). No es algo exclusivamente de los niños. No existe mejor forma de lograr asimilar y acomodar un aprendizaje que cuando este se obtiene sin darnos cuenta y el juego lleva a este estado de aprendizaje continuo si se logra orientar de la manera correcta el aprovechamiento es bastante enriquecedor.

La misión de la familia también guarda relación con la formación de los estudiantes, por eso no deben hacer caso omiso a las actividades realizadas en la escuela. No darle el seguimiento adecuado a las actividades que realizan sus hijos en las escuelas desencadenaría una formación deficiente cargada de fluctuaciones

que solo son reforzadas en las horas de docencia en la escuela. Sin embargo, la parte principal de su formación descansa sobre los hombros de sus figuras paternas las cuales son el centro a seguir, a emular de los estudiantes

Las actividades motrices son imperiosas irlas desarrollando desde la niñez, pero esto no quiere decir que descienda su importancia medida que nos volvemos adultos. La siguiente actividad fomentan el trabajo en equipo, el compañerismo, solidaridad, competitividad y pensamiento lógico, sobre todo la participación sin distinción.

Cero mata Cero. La actividad consiste en colocar un cuadro y dentro de este estar fraccionado en 3 x 3 recuadros interno. Los estudiantes tienen asignados quien va a hacer el circulo y quien es la X. Luego, el primer jugador realiza la jugada procurando hacer una línea consecutiva ya se de manera vertical, horizontal o inclinada y evitar que el opuesto lo haga lo mismo.

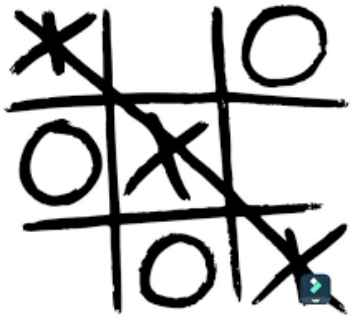


Imagen extraída de Google

Este juego desarrolla el pensamiento lógico y beneficia el cerebro de los participantes, porque mientras están jugando van creando estrategias que lo conduzcan al victoria. El juego tiene la particularidad que en el caso de los docentes de educación física pueden agregarle la variante de hacerlo en equipo, dando saltos dentro de un cuadro realizado en el suelo; esto propicia la actividad motriz porque lo estudiantes se mantendrán dando saltos mientras van pensando cual será la jugada más acrecentada para conducir a su equipo hacia la victoria.

Velozmente. Consiste en colocar los chicos en las cuatro esquinas, en hileras, en dirección hacia el centro de la cancha o cuadrantes que el docente diseña. En el centro está ubicado cuatro conos y en los alrededores de los conos seis aros. Al sonido del silbato los chicos deberán salir los primeros de la hilera y tomar un aro y

encestarlo en uno de los conos luego inmediatamente volver a su hilera y toparle en la palma a su compañero para que este repita lo mismo.

Dentro de las normativas del juego llega un momento que todos los aros deben estar ocupados y dos de los equipos tendrán dos aros encestados cada uno, los demás participantes pueden quitarle aros y colocarlo en su equipo. Gana quien obtenga 3 aros encestados en su cono. El juego trabaja la motricidad gruesa de los participantes mientras van corriendo, tomando los aros y colocarlos donde van, se deben agachar de manera rápida para lograr obtener la mayor cantidad de aros posibles, esta actividad propicia el trabajo en equipo, el compañerismo y juego limpio.

Rayas y cuadros. Para esa actividad se toma ya sea en un cuaderno o hoja en blanco y se hacen 8 puntos por 8 puntos para que tenga un total de 64 puntos de manera alineados en un cuadro o hoja. Luego los participantes deberán ir realizando rayas desde un punto a otro hasta formar un cuadro y cuando forme un cuadro le pondrá la inicial de su nombre dando a entender que conquisto ese cuadro. Entre las normas, se tiene que cada participante tiene la oportunidad de realizar una sola jugada, es decir, una raya y luego le corresponde al oponente, quien logre captar más cuadros obtiene la victoria al final de la partida. Este juego de rayas y cuadros es un juego de lógica donde los participantes desarrollan su habilidad de raciocinio, tomando en cuenta que deben hacer rayas tomando en cuenta que su adversario le puede conquistar el cuadro si este le realiza tres rayas y la siguiente jugaba seria del contrario.

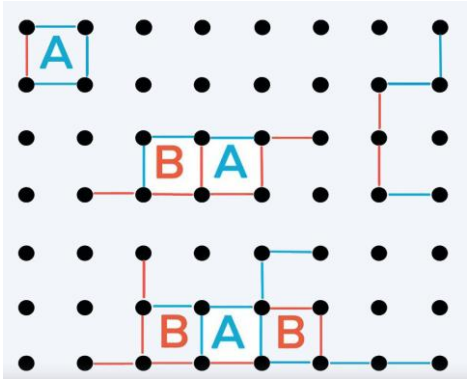


Imagen extraída de Google

Siempre se debe tomar en cuenta las diversas habilidades que poseen los estudiantes. Quizás algunas actividades les resulten bastantes sencillas de llevar al cabo sin embargo pueden existir otras que les cueste un poco más de trabajo y en

ambas ocasiones debe entrar nuestra parte como docentes. Motivarlos para que lo sigan realizando bien o animarlos para que lo realicen mejor.

Lanzamiento de balón con las manos. El objetivo de esta actividad es practicar el lanzamiento de un balón, sea de futbol, balonmano o voleibol. No es recomendable utilizar uno de baloncesto porque es más pesado que los ya mencionados. Para desarrollar esta actividad de colocaran dos participantes de frente, y realizaran varios lanzamientos al pecho de su compañero a una distancia aproximada de unos 15 pies de frente. Luego se colocarán el lateral y ejecutan los lanzamientos con una sola mano, por ejemplo, el que está del lado izquierdo realiza los lanzamientos con la mano izquierda y el que está del lado derecho con la mano derecha. Por último, harán los pases totalmente de espaldas con ambas manos. En caso de que se encuentren muy distanciado y no logren coordinar de manera correcta la recepción del balón, pueden optar por acercarse.

La actividad de lanzamientos de balón con las manos lo que busca es crear una coordinación entre ambos participantes cuestión que cada uno deba sincronizarse con su compañero para poder desarrollar de manera correcta la emisión y recepción del balón, de igual forma fomento el lanzamiento y la aparada.

Lluvia de balón. Esta actividad se realiza con un balón de futbol, balonmano o voleibol. También se puede optar por un balón que no tenga un peso mayor a dos libras aproximadamente, pero que no sea menor a una libra para garantizar la buena ejecución del juego. Cada participante tendrá un balón en la parte anterior del cuerpo y lo sostendrá con ambas manos, este deberá hacer un lanzamiento hacia atrás y capturarlo con ambas manos, pero sin voltearse. Luego de completado esto deberá hacer el lanzamiento desde la parte posterior hacia delante y capturar el balón ahora de frente.

El juego lluvia de balones prueba la paciencia del estudiante el cual lo prepara para situaciones que se le presenten en su diario vivir y de cómo este puede ir manejando sus desaciertos, buscando la manera de realizar la actividad de la forma más fácil para él, la cual no necesariamente debe ser igual para otros de sus compañeros. La cantidad de lanzamiento que se efectúen están a cargo del profesor, quien debe decir a cada estudiante que debe completar de manera exitosa 3 o 5 lanzamientos y aparadas, para culminar con la actividad.

Referencias

González-Villavicencio, J. L., Vele-Caymayo, D. M., Tapia-Brito, D. Y & Salgado-Oviedo, P. B. (2022). El juego simbólico como estrategia para el desarrollo psicomotriz de los niños. *Polo del conocimiento*, *7*(2), 1815-1825. https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/3682

Guerra, T. (2016, 26 de agosto). *Puntos y cajas. Juego de lápiz y papel para niños*. Guiainfantil.com. https://www.guiainfantil.com/articulos/ocio/juegos/puntos-y-cajas-juego-de-lapiz-y-papel-para-ninos/

Ministerio de Educación de la República Dominicana (MINERD, 2020) *Ministro Antonio Peña Mirabal destaca la importancia del juego en la educación y aconseja a las familias optar por juegos juguetes didácticos.* https://ministeriodeeducacion.gob.do/comunicaciones/noticias/ministro-antonio-pena-mirabal-destaca-la-importancia-del-juego-en-la-educacion-y-aconseja-a-las-familias-optar-por-juguetes-didacticos

Piaget, J., y Arbor, A. (s/f). *Teoría del desarrollo cognitivo de Piaget*. https://www.terapia-cognitiva.mx/wp-content/uploads/2015/11/Teoria-Del-Desarrollo-Cognitivo-de-Piaget.pdf

San Vicente Parada, A. (2021). La importancia del juego en el desarrollo psicomotor. *Educación y Psicopedagogía*, *4*(1), 37-52. https://www.unae.edu.py/ojs/index.php/educacion/article/view/324

Santos, A. (16 de febrero de 2025). *Desmonta al Doctor Bayter y revela que pasó con Ronnie Coleman y su lesión: Habla Juan José Rosello.* [video]. Youtube. https://www.youtube.com/watch?v=21ySyb9mJ2c

Simó, J. C. (2022). *Filosofía The Simó Diet: Alimentación que sana*. Pan House

.

IX.ACTIVIDADES DE EDUCACIÓN FÍSICA ORIENTADAS AL BIENESTAR INFANTIL

Sayari Marmolejos Almonte[9]

La educación física es una disciplina pedagógica que fomenta el desarrollo integral del ser humano a través del perfeccionamiento de las habilidades motrices. Su propósito es promover en los estudiantes el bienestar físico y psicológico, así como hábitos de vida saludables. Para lograrlo, emplea el aprendizaje activo, incentivando la exploración de las propias capacidades y fortaleciendo la motivación, lo que contribuye al desarrollo tanto cognitivo como emocional.

En la educación física, la motricidad constituye un elemento clave que permite en los estudiantes tener la capacidad de realizar movimiento y poder dominarlos, es el término que se emplea para referirse a las competencias de movimientos que desarrolla un niño, la motricidad es insustituible para el crecimiento del ser humano, pues conforma la parte que permite en los niños coordinar y mejorar sus movimientos, de esta manera se optimizan áreas como el lenguaje y el desarrollo intelectual (Backes et al, 2015). La motricidad representa un soporte para la adquisición de conocimientos, habilidades y destrezas en los niños, así como también permite potenciar su parte cognitiva y comunicacional. Esto posibilita el desarrollo personal y social permitiendo así moldearlos positivamente, es decir el mejoramiento del ente que son.

La educación física trabaja primeramente con el cuerpo en movimiento y lo hace con mediadores como la exploración, la ludificación y las actividades deportivas (Jiménez y Araya, 2010). Es decir, que nuestro cuerpo aprende a través de este movimiento que realizamos, por esto es importante propiciar los hábitos de vida saludables que permitan realizar las acciones que se necesitan para desarrollar el sistema musculoesquelético.

La constancia en la actividad física permite en los niños mejorar sus capacidades físicas, así como también trabaja positivamente con su salud mental, por consiguiente, previene enfermedades no trasmisibles como lo son el cáncer y la diabetes (OMS, 2024). En este orden, se puede decir que la educación física permite

[9]Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, República Dominicana. 202410214@issu.edu.do. https://orcid.org/0009-0008-0659-2736

adquirir y desarrollar destrezas físicas. También trabaja con la parte psicológica de los niños, lo cual representa un excelente escenario para que desarrollen su máximo potencial físico e intelectualmente.

La educación física al incorporar el ejercicio regular en la vida escolar contribuye con la adquisición de un estilo de vida saludable (Flores, 2024). Es decir que la parte procedimental de la asignatura, desde el calentamiento hasta las diversas actividades que realizan en cada clase promueven en los educandos un cuidado personal de su cuerpo, lo cual representa múltiples beneficios no solo para su vida académica sino también para para su vida personal.

Los niños no deben tener una vida de sedentarismo y que deben pasar menos tiempo detrás de una pantalla digital, puesto que no les permite adquirir las experiencias motrices ni les da la oportunidad de explorar el entorno que los rodea, limitando así su desarrollo motor y cognitivo. Es, igualmente, importante el sueño adecuado para el bienestar de los niños. Es fundamental evitar la obesidad y las enfermedades desarrolladas a lo largo de la vida por la mala alimentación y el sedentarismo. Se estima que un 80% de los adolescentes no realizan suficiente actividades físicas, debido a que desde la etapa infantil no se trabajó los hábitos de vida saludable y la gran importancia de la educación física para el desarrollo potencial de movimiento (OMS, 2019).

Una de las principales recomendaciones es seguir una dieta balanceada que incluya una variedad de alimentos. Se sugiere consumir frutas, verduras, legumbres, nueces y granos integrales. La reducción de azúcares, sal y grasas saturadas es fundamental para mantener un peso saludable. Es evidente que la alimentación balanceada beneficia directamente el intelecto de los niños, es decir la parte cognitiva. Al igual que la educación física que permite que los niños desarrollen su capacidad cognitiva, es por esto por lo que la dieta balanceada y la educación física se enlazan para permitirle a los estudiantes optimizar su desarrollo personal y académico (Pereira, 2024).

La higiene personal es de los temas más importantes al trabajar con los infantes. Desde la educación primaria se debe trabajar con la toma de decisiones responsable, orientando al educando acerca de los hábitos de vida saludables, centrándonos en la higiene que lo hace tener conciencia de su cuidado personal y le permite prevenir enfermedades.

Entre los tipos de higiene y como prevenirlas están: (a) de las manos, en el día a día los estudiantes manipulan un sin número de objetos es por esto que antes de cada comida y después deben lavarse las manos; (b) los pies representan una de las partes más comentadas cuando se habla de la higiene personal debido a la poca ventilación que reciben debido al calzado para hacer actividad física, es por esto que los niños deben lavarse los pies constantemente y secar bien cada uno de sus dedos para evitar la humedad en un lugar con tan poca ventilación (Guterman, 2010).

Es fundamental que los padres y profesores den ejemplos claros de la higiene para que se dé el aprendizaje conceptual, procedimental y aptitudinal. Entre las partes del cuerpo a tomar en cuesta están: (c) la higiene bucal, es fundamental que los niños conozcan la importancia del cepillado y que, si no la realizan después de cada comida, puede provocar caries, las cuales son entradas infecciosas peligrosas, por esto deben tomar conciencia acerca del cepillado. (d) También, acerca del cuidado de la piel, las axilas y sus genitales y explicar que si no mantienen una buena higiene pueden desarrollar micosis, escabiosis y sarna (D'Emilio, 2005). El docente de educación física es quien debe propiciar en sus estudiantes hábitos de vida saludables a través de las actividades físicas.

Actividades físicas que promueven hábitos de vida saludable

El desarrollo de actividades físicas orientadas a promover hábitos de vida saludable es esencial para fortalecer el bienestar integral de los estudiantes desde edades tempranas. Las propuestas motrices planificadas, variadas y adaptadas a sus necesidades, fomentan la adquisición de rutinas que favorecen la actividad regular, la prevención del sedentarismo y la conciencia sobre el cuidado del cuerpo, las cuales mejoran la condición física e influyen de forma positiva en la salud mental, la autoestima y la socialización, creando una cultura escolar donde el movimiento, la alimentación equilibrada y el autocuidado se integran como prácticas cotidianas y sostenibles en la vida de cada estudiante.

Los hábitos de vida saludables en los estudiantes de primaria son elementales para su desarrollo integral y es lo que le permite adquirir conciencia que perdure a lo largo de la vida. En este sentido, orientar hábitos de vida saludables a los estudiantes permite construir la base que lo sostendrá a medida de su desarrollo. El docente de educación física debe explicarles a los niños en qué consisten los hábitos de vida saludable como la higiene y la buena alimentación para poder llevar a cabo la práctica

que desarrollen en ellos su motricidad fina y gruesa, así como también les permita conocer los hábitos de vida saludable a través de los contenidos procedimentales, es decir la práctica o la acción que es un fundamento en la educación física(Encarnación, 2024).

Actividad 1 en educación primaria. El docente divide a los estudiantes en dos grupos, para explicarles en que consiste la actividad y demostrarle que trabajaran con varias estaciones: la 1, zigzag; la 2, saltar el aro; las 3, lanzar una pelota de voleibol, para trabajar la manipulación y la 4, lateralidad. Al final de cada estación, el docente tiene en un lugar específico fotos de comida chatarra y comida saludable y cada estudiante debe traer una foto de la que considere que es un alimento o comida saludable con esta actividad se trabaja la motricidad gruesa y la alimentación saludable. Después de este juego los niños expresaran un hábito de vida saludable a través de la expresión corporal, ejemplo mover las manos como si tuvieran un cepillo en sus manos y colocándolo cerca de sus dientes y sus compañeros de clases trataran de adivinar cuál es el hábito de higiene saludable que este dramatiza.

Actividad 2 en educación primaria. Los estudiantes harán dibujos individuales con alimentos saludables como las verduras, frutas, cereales y nueces; dibujarlos tratando de no salirse de las líneas, cada estudiante tendrá en sus hojas cada una de las clasificaciones mencionadas; dibujaran un alimento que consideren perjudicial para la salud como por ejemplo las empanas que contienen grasas trans, la cual es la grasa que pasa de su estado líquido al sólido para hacer perdurar la vida útil de los alimentos. Después de esta actividad los estudiantes harán un dibujo que exprese un hábito de vida saludable, ejemplo un niño lavándose las manos.

Tercera actividad en quinto de primaria. En quinto grado los niños tienen un coeficiente intelectual más avanzado por lo que se puede trabajar las actividades físicas de manera más competitiva y los hábitos de vida saludables más estructurados. En este caso el docente puede trabajar con ellos el juego gouback, donde se forma un círculo con tres aperturas, donde cada una de estas representa un valor que se asignara por el docente por cada 2 equipos tendrán un círculo y se dividen los estudiantes en grupo de 5, se sorteara cual equipo empieza a cubrir las porterías para no dejar pasar ningún punto y cuál será el equipo atacante que deberá pasarse la pelota por el medio del círculo.

Después de esta actividad los estudiantes formaran un plato que consideren saludable con alimentos que contengan proteínas, cereales integrales, frutas, verduras y hortalizas. Al terminar con este juegos, se llevará a cabo una carrera de revelos adaptada al contexto de la escuela y a la edad de los niños, donde también se pasarán el testigo para aprender a través de la práctica en que consiste esta carrera, al momento de pasarse el testigo los estudiantes deben decir dos hábitos de higiene que consideren.

Contextualización de actividades de educación física orientadas al bienestar infantil en la República Dominicana

La contextualización de las actividades de educación física orientadas al bienestar infantil implica adaptar las propuestas pedagógicas a las realidades socioculturales, económicas y educativas del entorno. En este sentido, resulta necesario que las actividades respondan a las condiciones y recursos disponibles, promoviendo la inclusión, la participación y el desarrollo integral de todos los niños.

Por medio de estrategias lúdicas y accesibles, se busca fomentar hábitos de vida activa, valores de convivencia y actitudes positivas hacia el cuidado del cuerpo y la salud. Estas acciones contribuyen a fortalecer el bienestar físico, emocional y social de la infancia, potenciando una educación más equitativa y coherente con las necesidades y contextos de las comunidades escolares.

El currículo de la Republica Dominicana en el área de educación física es una pieza primordial que permite trabajar en los niños de primaria la conciencia de cuidarse saludablemente, de manera ética y comprometerse al desarrollo positivo de cada comunidad. También plantea que la educación física es la asignatura que conlleva a orientar a los jóvenes a tener un estilo de vida activo y saludable los cuales perduraran con el tiempo, en este marco el documento se deben trabajar los hábitos de vida saludables que le servirán para la vida y se hace hincapié en la conciencia del niño de su propio cuidado y el de los demás para su desarrollo (De la Rosa, 2024).

La adecuación de área de educación física del currículo dominicano del año 2023 establece que los hábitos de vida saludables se orientan en los contenidos de aptitudes y valores en los siguientes grados:

3º grado del primer ciclo del nivel primario. Reconocimiento de la importancia de la realización de actividades físicas para su bienestar y la conservación de la salud.

4º grado del segundo ciclo del nivel primario. Reconocimiento de la importancia de la realización de actividades físicas para su desarrollo, bienestar y conservación de la salud.

5º grado del segundo ciclo del nivel primario. Valoración y práctica de hábitos de higiene y normas de comportamiento. Así como el reconocimiento de la importancia de la realización de actividades físicas para su desarrollo, bienestar y conservación de la salud.

6º grado del nivel primario. Valoración y práctica de hábitos de higiene y normas de comportamiento. Así como el reconocimiento de la importancia de la realización de actividades físicas para su desarrollo, bienestar y conservación de la salud.

Se observa que para los grados primero y segundo del primer ciclo de primaria no se trabaja en los contenidos los hábitos de vida saludables, por lo que existe una brecha notoria en la educación física en estos grados, aunque en la educación dominicana también se trabaja con el currículo oculto, que engloba todo lo que está posterior o en paralelo con la parte pedagógica de una materia que se esté trabajando en específico, este no se encuentra regulado por el currículo formal (Santiago, 2023).

Sin embargo, trabaja las actitudes y conductas de los estudiantes, está regulado por las prácticas de cada institución. En tal sentido, el currículo oculto, aunque no está regulado o no establece pautas específicas que se deben trabajar en

cada institución potencia trabajar con los estudiantes los valores y aptitudes que no se encuentran explicitas en la adecuación curricular.

Desde lo planteado anteriormente, se puede decir que el currículo oculto trabaja contextualizado a los distintos ambientes educativos y por lo tanto dependerá de aspectos subjetivos, debido a esto no es lo más adecuado en los dos grados del primer ciclo de primaria que los hábitos de vida saludables se le cedan en cuanto al manejo al currículo oculto, pues no hay una constancia de que todos los docentes del nivel primario trabajen esto hábitos que son esenciales para la salud de los estudiantes y si desde el nivel primario no se le crea conciencia a los estudiantes en su continuo desarrollo, no lo tomaran como una aptitud propia.

Actividades que se pueden hacer en la Republica Dominicana para propiciar los hábitos de vida saludables. Una actividad es que el profesor creé un mercado o supermercado con imágenes de distintos alimentos tanto saludables y no saludables, los estudiantes pasaran en parejas o dúo por el establecimiento del docente y realizan la simulación de comprar los alimentos saludables. De esta manera los estudiantes puedan crear conciencia y cuando vayan al supermercado con sus padres y solicitarles que compren los mejores alimentos para una dieta balanceada, de este modo pueden aconsejar incluso a sus padres sobre los alimentos que permiten una salud en su máximo esplendor.

El docente de educación física puede cantarles a los estudiantes en cada una de sus clases canciones que propicien el desarrollo motriz y motiven a los estudiantes a cultivar hábitos de vida saludables, entre las canciones que están disponibles para estimular en los infantes un estilo de vida saludable podemos destacar las siguientes:

En la alimentación: Comer sano ¡Me gusta! Bichikids (2024), Mezcla tu Sabor ♫ El Payaso Plim Plim (2015), La Canción de la Comida Saludable ♫ Joy Joy (2022), ¡Cuida Bien de Ti! ♫ HeyKids (2023) y Canción de la Comida ♫ JunyTony (2021).

En la higiene: ¡Vamos a comer con Pinkfong! ♫ Pinkfong (2021); Vamos a Comer ♫ El Payaso Plim Plim (2024); La Canción del Baño ♫ El Payaso Plim Plim (2017); La higiene ♫ Fundación MAPFRE (2021) y Canción higiene personal para niños ♫ ADMúsica y recursos (2021).

Aplicabilidad de lo planteado en la Guía Didáctica. La clase se desarrolló en el marco de la asignatura Educación Motriz II del Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, República Dominicana

y fue impartida por el profesor Miguel Israel Bennasar García, con el valioso apoyo de su colega Ricardo García Quezada, quien acompañó la fase práctica junto a los docentes en formación. La inclusión de esta experiencia en la guía didáctica tiene como propósito destacar la relevancia de promover y consolidar hábitos de vida saludables a nivel primario, entendiendo que la educación motriz constituye un pilar fundamental para el desarrollo integral del estudiantado.

Resulta esencial señalar que este contenido se trabaja de manera intencionada en el grado con el fin de estimular el aprendizaje significativo, enriquecer la experiencia motriz y favorecer espacios de interacción dinámica entre los estudiantes y sus pares. Por medio de estas prácticas, se busca fortalecer competencias físicas y sociales; cultivar una conciencia temprana sobre la importancia del movimiento, el autocuidado y la adopción de estilos de vida activos que puedan perdurar a lo largo de su trayectoria educativa y personal.

Se llevaron a cabo diversas actividades las cuales estimulan y desarrollan las habilidades motrices básicas en estudiantes de 6to grado del segundo ciclo del nivel primario, entre las actividades llevadas acabos estuvieron las que describen, las cuales tienen indicaciones específicas que se plasman, a continuación, para explicar el punto exacto de porque es necesario llevar a la práctica en cada clase los hábitos de vida saludables.

Primera actividad Individual. **Objetivo:** Que los estudiantes puedan identificar los distintos métodos de golpeos. Esta actividad consistió en que cada estudiante tenía en sus manos un balón de balonmano y en posición dispersas golpeaban el balón de manera estática con el dorso de la mano, con el bíceps, con la palma de la mano, una combinación de dorso-palma y malabares de una mano a otra, después de cierto tiempo se realizan las mismas actividades, pero con desplazamiento por el salón de eventos.

Segunda actividad individual y en parejas. Objetivo de la actividad: Que los estudiantes puedan identificar los diferentes métodos de lanzamiento y recepción. Cada uno de los estudiantes estaba disperso en el salón de evento y tenían cada uno un balón de balonmano el cual debían lanzar hacia arriba de forma vertical y atraparlo con la misma mano que se hacía el lanzamiento, primero una mano y luego con la otra, después los estudiantes debían hacer ciertas cantidades de palmadas que el docente indicaba mientras la pelota estaba en el aire debido al lanzamiento realizado

por los estudiantes y luego tenían que atraparlo al terminar las palmadas asignadas. Al final de esta actividad hubo una adaptación en la cual los estudiantes se dividieron en parejas, esta consistió en que un compañero se la lanzaba a otro compañero al mandato de “ya” del profesor y luego era de vuelta al mismo compañero que se la paso al principio con el mismo mandato.

Tercera actividad individual. Juego llamado Lluvia de Balones. Objetivo**:** Que los estudiantes puedan identificar y desarrollar la apreciación de trayectorias visibles y no visibles. Esta actividad consistió en que cada estudiante tenía en sus manos un balón de balonmano y en posición dispersas debían tomar el balón con ambas manos desde la parte posterior del cuerpo y con el torso flexionado pasárselo hacia la parte delantera de su cuerpo. Luego se realizó lo contrario, es decir los estudiantes se la lanzaban de adelante hacia atrás, después la modificación propuesta por el docente García Ricardo fue que los estudiantes coloquen una mano adelante de su cuerpo y una detrás, entonces los estudiantes debían lanzarse el balón de una mano a otra.

Imágenes de las actividades para desarrollar las habilidades motrices básicas realizadas en la universidad Luis Napoleón Núñez Molina

Durante la clase orientada al desarrollo de las habilidades motrices básicas en estudiantes de 6.º grado del segundo ciclo del nivel primario, cada docente en formación trabajó con un balón de balonmano individual, empleando sus manos para ejecutar diversos movimientos. Algunos de estos gestos motrices resultaron complejos, lo que provocó que los balones cayeran al suelo en múltiples ocasiones. En varios momentos los balones se mezclaban e intercambiaban entre compañeros debido a la cercanía o la facilidad al momento de retomarlos, especialmente cuando un balón caía junto a un estudiante que momentáneamente no tenía el suyo.

Como consecuencia, los balones pasaban constantemente de mano en mano y del suelo a las manos, acumulando suciedad propia del contacto repetido con la superficie. Esta situación, totalmente normal en actividades motrices de esta

naturaleza, evidenció la importancia de reforzar hábitos de vida saludable relacionados con la higiene. Para los estudiantes fue imprescindible higienizarse las manos al finalizar la práctica, con el fin de evitar la exposición a bacterias presentes tanto en el suelo como en los balones.Al concluir la asignatura, los futuros docentes se dirigieron a almorzar, lo que hizo aún más necesaria la correcta limpieza de las manos. Este momento permitió resaltar, de manera práctica y contextualizada, la relevancia de integrar la higiene como parte inseparable de las actividades físicas y de la promoción de estilos de vida saludables.

Referencias

ADMúsica y recursos (2021) *Canción higiene personal para niños. Fácil de Cantar* [Vídeo de YouTube]. https://www.youtube.com/watch?v=V2I8Bs4fTJ4

Backes, B. M., Porta, M. E., y de Anglat, H. E. D. (2015). El movimiento corporal en la educación infantil y la adquisición de saberes. *Educere*,19(64), 777-790. [Documento en PDF] https://www.redalyc.org/pdf/356/35643544010

Bichikids (2024) *Comer sano ¡Me gusta! Alimentación saludable | BichiKids canciones infantiles* [Vídeo de YouTube].https://www.youtube.com/watch?v=OkjtI6Umevk

De la Rosa Familia, Y. D. (2024). Educación Física como promotora de vida saludable en el Centro Educativo Villa Flores, Distrito Educativo 02-05. *MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, *3*(9), 839-870. https://revistamentor.ec/index.php/mentor/article/view/8558/7028

El Payaso Plim Plim (2015, 27 febrero) *Mezcla tu Sabor Plim Plim Canciones Infantiles* [Vídeo de YouTube]. https://www.youtube.com/watch?v=L09hgZMHVGg

El Payaso Plim Plim (2017) L*a Canción del Baño - Higiene para Niños Canciones Infantiles Plim Plim* [Vídeo de YouTube]. https://www.youtube.com/watch?v=GHO-wSTtzhU

El Payaso Plim Plim (2024) *Vamos a Comer 🍲🥖🍎 Canción para la Hora de Comer. Canciones Infantiles Plim Plim* [Vídeo de YouTube]. https://www.youtube.com/watch?v=xqGyWmLlWqE

Encarnación A. (2024). Vista de Promoción de hábitos de vida saludables en estudiantes del Nivel Primario, Escuela San Vicente y Las Granadinas, Distrito Educativo 02-06. *Mentor, revista de investigación educativa y deportiva* .https://doi.org/10.56200/mried.v3i9.8584

Fundación MAPFRE (2021). *La higiene* [Vídeo de YouTube]. https://www.youtube.com/watch?v=CWWurdYumu4

Guterman, T. (2010). La higiene corporal y su aplicación didáctica a través de juegos. *Revista Digital - Buenos Aires - Año 15 - Nº 143.* https://www.efdeportes.com/efd143/la-higiene-corporal-y-su-aplicacion-didactica.htm

HeyKids (2023). *¡Cuida Bien de Ti! Hábitos Saludables para los Niños | HeyKids - Canciones infantiles* [Vídeo de YouTube]. https://www.youtube.com/watch?v=XcKtWo0RThs

Jiménez, J. y Araya, G. (2010). Más minutos de educación física en preescolares favorecen el desarrollo motor. *Pensar en movimiento, 8*(1),1-8. https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/pem/article/view/442

JunyTony (2021). *Canción de la Comida | Buenos Hábitos | Comida Saludable | Frutas y Verduras | JunyTony en español* | Canciones Infantiles [Vídeo de YouTube]. https://www.youtube.com/watch?v=CMcY0eh_tIc

Lucia D'Emilio, L., D. (2005). *Los hábitos de higiene. Unicef*, [Documento en PDF]. https://www.unicef.org/venezuela/media/1186/file/Los%20h%C3%A1bitos%20de%20higiene

MINERD (2021) *Adecuación curricular del nivel primario* [Documento en PDF]. https://educando.edu.do/portal/wp-content/uploads/2023/10/2.-Adecuacion-Nivel-Primario-Oct-2023

Mundo Joy Joy (2022). *La canción de la comida saludable | Come alimentos saludables | Baby Joy Joy* [Vídeo de YouTube]. https://www.youtube.com/watch?v=fo2KtdlGHek

Pereira, A. (2024, 6 octubre). Descubre los hábitos de vida saludable recomendados por la OMS para mejorar tu salud. *Revista Fundación Everis: Lo más Interesante de la red*. https://fundacioneveris.com/salud-ciencia/que-habitos-de-vida-saludable-propone-la-oms/

Pinkfong en español (2021). *Hora de comer | Hábitos saludables | Pinkfong canciones infantiles* [Vídeo de YouTube]. https://www.youtube.com/watch?v=VHe734riepA

Santiago, E. V. (2023, 8 junio). Importancia del curriculum oculto en la enseñanza. *Acento*. https://acento.com.do/opinion/importancia-del-curriculum-oculto-en-la-ensenanza-8914080.html?utm

World Health Organization: WHO. (2019, 24 abril). Para crecer sanos, los niños tienen que pasar menos tiempo sentados y jugar más. OMS. https://www.who.int/es/news/item/24-04-2019-to-grow-up-healthy-children-need-to-sit-less-and-play-more#:~:text=Para%20crecer%20sanos%2C%20los%20ni%C3%B1os%20menores%20de%20cinco%20a%C3%B1os%20deben,de%20la%20Salud%20(OMS).

World Health Organization: WHO. (2019, November 15). Dieta sana. https://www.who.int/es/health-topics/healthy-diet#tab=tab_1

X.PAUSAS ACTIVAS PARA LA PROMOCIÓN DEL DESARROLLO FÍSICO Y MOTRIZ INFANTIL

Miguel Israel Bennasar-García[10]

Las pausas activas se proponen como una herramienta educativa eficiente para mitigar el sedentarismo en las aulas y fomentar el movimiento sin sacrificar el tiempo académico. Su integración en la jornada escolar constituye una estrategia educativa efectiva para promover el movimiento y reducir los periodos prolongados de sedentarismo en los niños. Con la inclusión de ejercicios de coordinación, desplazamientos y estiramientos adaptados a la edad, los docentes facilitan el desarrollo motriz de los estudiantes y fomentan hábitos saludables desde la infancia.

Las Directrices Mundiales sobre Actividad Física y Comportamiento Sedentario de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020) refuerzan la importancia de promover el movimiento cotidiano en todas las edades, destacando que incluso breves periodos de actividad física pueden generar beneficios significativos para la salud física, emocional y cognitiva. Este planteamiento se enlaza de forma directa con la propuesta de integrar pausas activas en el aula, debido a que permiten contrarrestar los efectos del sedentarismo prolongado, lo cual constituye una preocupación global señalada por la OMS y facilitan que los niños incorporen el movimiento de forma natural durante la jornada escolar.

[10]Doctor en Educación. Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, República Dominicana. miguel.bennasar@isfodosu.edu.do. https://orcid.org/0000-0002-3856-0279

En consonancia con las recomendaciones internacionales, las pausas activas representan una oportunidad pedagógica para estimular el desarrollo motriz, mejorar la atención y la disposición al aprendizaje y fomentar hábitos saludables desde edades tempranas, convirtiéndose así en un recurso esencial para apoyar tanto el bienestar infantil como la promoción de una cultura escolar física y activa.

La implementación de pausas activas contribuye al bienestar integral de los estudiantes, fortaleciendo tanto la condición física como la disposición emocional para participar en las actividades escolares. Los programas estructurados de actividad física breve en el aula aumentan la motivación y la implicación de los niños, al tiempo que favorecen la atención y la regulación conductual. De esta manera, las pausas activas apoyan la educación física formal y enriquecen el ambiente de aprendizaje y promueven una cultura de movimiento dentro del centro educativo (Reyes-Amigo et al, 2025).

Este tipo de descansos promueven la atención en los estudiantes al ofrecer momentos breves de actividad física integrada, debido a que no requieren espacios especiales ni equipos complejos (Infantes-Paniagua et al, 2021). Tras revisar múltiples intervenciones escolares, se concluyó que la duración, la intensidad y la naturaleza de las actividades son claves para que los descansos activos tengan un impacto positivo en el rendimiento cognitivo, especialmente en la atención (Pastor-Vicedo et al, 2021).

La incorporación de pausas activas en el aula representa una oportunidad valiosa para mejorar la atención y el bienestar de los estudiantes, ofreciendo momentos breves de movimiento que no requieren espacios amplios ni equipamiento especializado. Estas interrupciones motrices permiten que los niños se liberen del sedentarismo prolongado, recarguen su energía y participen con mayor disposición en las actividades escolares.

En la República Dominicana, donde muchas escuelas enfrentan limitaciones de infraestructura y recursos, las pausas activas pueden convertirse en un recurso práctico y efectivo para promover el desarrollo físico infantil, mejorar la coordinación, estimular la concentración y fomentar hábitos saludables desde temprana edad. Integrarlas de manera constante en la jornada escolar puede contribuir a que los estudiantes vivan la educación de forma más dinámica, disfrutando del movimiento mientras aprenden.

Imagen extraída de Google

Impacto en el comportamiento y la atención

La implementación de pausas activas dentro del aula puede transformar de forma significativa la dinámica de la clase y el comportamiento de los estudiantes. Cuando los niños tienen la oportunidad de realizar breves movimientos entre actividades académicas, se percibe un aumento en su disposición para participar y seguir instrucciones. Estas interrupciones motrices contribuyen a que los estudiantes regulen mejor su energía y canalicen su inquietud de manera positiva, promoviendo un ambiente más tranquilo y colaborativo.

Las pausas activas favorecen la concentración y la atención sostenida durante las clases, pues permiten que los estudiantes recarguen su capacidad de enfoque. Al moverse, los niños estimulan tanto su cuerpo como su mente, lo que facilita el aprendizaje y la retención de información. En el ámbito escolar dominicano, donde los docentes a menudo enfrentan grupos numerosos y espacios limitados, estas estrategias pueden ser una herramienta efectiva para mantener a los estudiantes atentos, motivados y con una actitud más participativa, contribuyendo así su desarrollo integral.

Entre los estudios analizados los descansos activos contribuyen a mejorar el comportamiento en clase, aunque los efectos sobre funciones ejecutivas son menos claros. Un estudio, con niños de 6 a 8 años realizado (Mao et al, 2024) encontró que las pausas activas cognitivamente comprometidas produjeron una mejora en la eficiencia neuronal en la corteza prefrontal dorsolateral, medida por protocolos de

imagen cerebral, lo que sugiere que el movimiento puede modular la actividad cerebral vinculada al control ejecutivo (Reyes-Amigo et al, 2025).

Las pausas activas influyen en el comportamiento de los estudiantes dentro del aula y tienen un efecto positivo sobre su capacidad de atención y control de la impulsividad. Cuando los niños realizan breves momentos de movimiento, se observa que pueden mantenerse más concentrados y cumplir con las tareas asignadas de manera más eficiente, lo que mejora la dinámica de aprendizaje.

Incluso actividades que combinan movimiento con desafíos cognitivos estimulan la conexión entre cuerpo y mente, favoreciendo la coordinación entre el control motor y las funciones de planificación y regulación emocional. En las escuelas dominicanas, donde los grupos de estudiantes suelen ser numerosos y el espacio limitado, estas pausas activas representan una estrategia práctica para mantener a los estudiantes enfocados, motivados y con un comportamiento más equilibrado, mientras se promueve simultáneamente su desarrollo físico y motriz.

Las pausas activas contribuyen de manera significativa al desarrollo físico de los niños, al ofrecer oportunidades frecuentes para moverse, estirarse y ejercitar diferentes grupos musculares durante la jornada escolar. Estas pequeñas intervenciones permiten mejorar la coordinación, la fuerza, la flexibilidad y el control postural, favoreciendo un desarrollo motriz más integral desde la infancia. Al mismo tiempo, repercuten de manera positiva en el rendimiento académico. Como docenes, cuando permitimos que los niños recarguen su energía física y mental, se observa un aumento en la atención, la concentración y la participación en clase, lo que facilita el aprendizaje de nuevos contenidos.

Imagen extraída de Google

Las pausas activas han mostrado efectos positivos sobre la actividad física acumulada durante la jornada escolar. Los programas de descansos activos conducen a un aumento de la actividad moderada a vigorosa en niños de primaria (Masini et al, 2020). Un estudio con 141 estudiantes de primaria (edad media ~9,6 años) encontró que pausas activas de tipo fitness (ejercicio aeróbico) mejoraron de manera significativa el rendimiento en un test de atención (Stroop) y también en matemáticas respecto a un grupo control; los niños reportaron mayor disfrute en estas pausas que en las clases sedentarias (Mavilidi et al, 2020).

Estos hallazgos sugieren que las pausas activas contribuyan al aumento de la actividad física diaria de los estudiantes e impacten directamente en su desempeño académico y bienestar general. La combinación de movimiento y desafío cognitivo permite que los niños mejoren su concentración y capacidad de resolución de problemas, al tiempo que disfrutan de la experiencia, lo que incrementa su motivación para participar en clase.

Inclusión y viabilidad para distintos perfiles de estudiantes

La implementación de pausas activas en estudiantes con necesidades educativas especiales permite adaptar la actividad física a las capacidades y características de cada niño, favoreciendo su inclusión en las rutinas escolares. Pueden diseñarse con movimientos sencillos, repetitivos y guiados, que ayudan a mejorar la coordinación, el equilibrio y la percepción corporal, al mismo tiempo que promueven la participación y la motivación para integrarse en las dinámicas de la clase. De igual manera, brindan oportunidades para fortalecer habilidades cognitivas y socioemocionales en estos estudiantes.

Los ejercicios que combinan movimiento y concentración permiten que los niños regulen su atención, controlen la impulsividad y desarrollen confianza en sus propias capacidades. Este tipo de intervenciones convierte la actividad física en un espacio de aprendizaje inclusivo, donde cada estudiante puede experimentar éxito y desarrollo dentro de un entorno seguro y estimulante.

Un estudio piloto con niños con discapacidad intelectual (8-12 años) mostró que, tras cinco semanas de pausas activas, mejoró su memoria de trabajo y redujeron el tiempo sentado, aunque otros indicadores cognitivos no cambiaron significativamente (Álvarez-Bueno et al, 2021). Estudios recientes muestran que es necesario capacitar a los maestros para que utilicen pausas activas con estructura:

inicio, parte motriz y retorno a la calma. Por tanto, es clave que las actividades sean variadas, fáciles de aplicar y con intensidad adecuada, para lograr una implementación sostenible en el tiempo (Pastor-Vicedo et al, 2021).

Los hallazgos evidencian que las pausas activas, cuando se planifican de manera estructurada y adaptada a las necesidades de los estudiantes, pueden generar mejoras concretas en la memoria de trabajo y en la reducción del sedentarismo, incluso en niños con discapacidad intelectual. La efectividad de estas intervenciones depende de la claridad en la organización de las actividades y de la capacitación docente, lo que resalta la importancia de diseñar pausas variadas, accesibles y sostenibles que permitan a todos los estudiantes participar de manera significativa en su desarrollo físico y cognitivo.

Propuesta práctica para la implementación

Imagen extraída de Google

La implementación de pausas activas en el aula es fundamental para garantizar que la actividad física se integre de manera efectiva en la rutina escolar. Su importancia radica en que permite a los estudiantes moverse de forma controlada y organizada, favoreciendo el desarrollo de habilidades motrices básicas, la coordinación y la conciencia corporal. Estas pausas contribuyen a que los niños mantengan un nivel de energía óptimo, mejoren su concentración y adopten hábitos saludables desde temprana edad, lo que refuerza la educación integral y promueve el bienestar físico y emocional.

Justificar la implementación de pausas activas implica reconocer que la educación física no se limita a las clases tradicionales, sino que debe permear toda la jornada escolar. Integrar actividades breves, estructuradas y variadas, responde a la necesidad de reducir el sedentarismo, estimular la participación de todos los estudiantes y fortalecer su desarrollo cognitivo y socioemocional. Una propuesta bien

planificada garantiza que estas pausas sean sostenibles en el tiempo, adaptables a distintos niveles y contextos, y que se conviertan en un recurso pedagógico que complementa y enriquece la docencia diaria.

Para que las pausas activas contribuyan realmente al desarrollo físico y motriz infantil, se recomienda plantearlas con una duración de 3 a 5 minutos, estructuradas en tres fases: preparación, ejercicio activo y retorno a la calma. Las intervenciones más exitosas son aquellas donde se alternan ejercicios de coordinación, posturas y desplazamientos, sin necesidad de material sofisticado, como han mostrado varios estudios de intervención escolar (Infantes-Paniagua et al, 2021).

De igual manera, se sugiere realizar una formación docente mediante talleres breves que orienten cómo seleccionar actividades, motivar a los estudiantes y adaptar las pausas al contexto del aula. El seguimiento mediante observación del comportamiento, el nivel de atención y la percepción de los niños puede servir para ajustar las pausas y consolidarlas como parte de la rutina escolar (Reyes-Amigo et al, 2025).

La incorporación de pausas activas en el aula optimiza la dinámica escolar y reafirma la misión de esta guía didáctica: promover una educación motriz consciente, significativa y orientada al bienestar integral de la niñez. Convirtiendo el movimiento en un recurso pedagógico cotidiano, los docentes enriquecen la experiencia de aprendizaje y fortalecen las bases de un desarrollo físico, cognitivo y emocional más saludable. Así, cada actividad se transforma en una oportunidad para consolidar hábitos de vida activos desde la infancia, vinculados con la visión de una educación física de calidad que inspira, acompaña y potencia el crecimiento pleno de cada estudiante.

Referencias

Álvarez-Bueno, C., Pesce, C., Cavero-Redondo, I., Sánchez-López, M., Martínez-Hortelano, J. A. y Martínez-Vizcaíno, V. (2021). *Efectos de los descansos activos en el aula sobre la cognición, tiempo sentado y comportamiento en clase en niños con discapacidad intelectual: un estudio piloto*. Journal of Intellectual Disability Research. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33719112/

Infantes-Paniagua, Á., Silva, A. F., Ramírez-Campillo, R., Sarmento, H., González-Fernández, F. T., González-Víllora, S y Clemente, F. M. (2021).

Descansos activos en la escuela y atención de los estudiantes: una revisión sistemática con meta-análisis. Brain Sciences, 11(6), 675. https://doi.org/10.3390/brainsci11060675

Mao, L., Huang, T., Zhao, W & Fang, Y. (2024). Effects of cognitively engaging physical activity interventions on executive function in children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*. https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1454447/full

Mavilidi, M., Drew, R., Morgan, P. J., Lubans, D. R., Schmidt, M. y Riley, N. (2020). *Efectos de diferentes tipos de pausas de actividad física en el aula sobre el comportamiento en clase, rendimiento académico y cognición de los niños*. Acta Paediatrica, 109(1), 158-165. https://doi.org/10.1111/apa.14892

Organización Mundial de la Salud [OMS] (25 de noviembre de 2020). *Cada movimiento cuenta para mejorar la salud – dice la OMS.* https://www.who.int/es/news/item/25-11-2020-every-move-counts-towards-better-health-says-who

Pastor-Vicedo, J. C., Prieto-Ayuso, A., López Pérez, S y Martínez-Martínez, J. (2021). *Descansos activos y desempeño cognitivo en estudiantes: una revisión sistemática*. Apunts Educación Física y Deportes, 146, 11-23. https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2021/4).146.02

Reyes-Amigo, T., Salinas-Gallardo, G., Mendoza, E., Ovalle-Fernández, C., Ibarra-Mora, J., Gómez-Álvarez, N., Carrasco-Beltrán, H., Páez-Herrera, J., Hurtado-Almonácid, J., Yáñez-Sepúlveda, R., Zapata-Lamana, R., Sepúlveda-Figueroa, F., Olivares-Arancibia, J. y Mota, J. (2025). *Efectividad de descansos activos escolares sobre el comportamiento en clase, funciones ejecutivas y condición física en niños y adolescentes: una revisión sistemática*. Frontiers in Public Health, 13, 1469998. https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1469998

CONCLUSIONES

La promoción del desarrollo físico infantil a través de la Educación Motriz y la Educación Física es fundamental para favorecer el crecimiento integral de los niños. Una práctica constante, planificada y bien organizada de actividades motrices no solo fortalece las habilidades corporales, sino que también estimula el desarrollo cognitivo, la capacidad de concentración y la interacción social, creando bases sólidas para el aprendizaje a lo largo de la vida.

El desarrollo de habilidades perceptivo-motrices constituye la base esencial para que los niños adquieran coordinación, equilibrio, lateralidad y control postural. Estas competencias permiten que los niños se desenvuelvan con seguridad en distintos entornos, favoreciendo la prevención de lesiones y promoviendo una interacción efectiva con su medio, así como la confianza en sus capacidades físicas.

Los juegos y actividades lúdicas representan herramientas indispensables en la Educación Motriz Infantil, debido a que combinan diversión y aprendizaje, ejercitando en los niños la percepción, la memoria motriz y la planificación de movimientos, al mismo tiempo que desarrollan actitudes positivas hacia la actividad física, fomentando la motivación intrínseca y la disposición a participar de manera activa y constante.

Los recursos didácticos, permiten adaptar las actividades a las características y necesidades individuales de cada niño. Su utilización estratégica refuerza la práctica de habilidades motrices, facilita la comprensión de conceptos relacionados con el movimiento y contribuye al desarrollo de estrategias de aprendizaje más efectivas y significativas.

La incorporación de materiales no estructurados y herramientas tecnológicas amplía las posibilidades pedagógicas, promoviendo la creatividad, la experimentación y la autonomía en los niños. Este enfoque favorece la participación activa, la resolución de problemas motrices y el desarrollo de habilidades cognitivas relacionadas con la planificación y ejecución de movimientos, potenciando un aprendizaje más profundo y flexible.

La planificación de sesiones de Educación Física infantil, incluyendo actividades orientadas al bienestar, ejercicios integradores y pausas activas,

contribuye a un desarrollo físico más equilibrado y a la adquisición de hábitos saludables desde edades tempranas. Estas estrategias fortalecen el cuerpo y la motricidad y promueven la regulación emocional, la socialización y la capacidad de trabajar en equipo, fomentando un estilo de vida activo y saludable.

La guía didáctica evidencia que un enfoque integral de la Educación Motriz y Física Infantil, que combine actividades lúdicas, recursos variados, planificación estructurada y adaptación a las necesidades individuales, no solo fortalece las habilidades motrices de los niños, sino que también establece las bases para su bienestar físico, emocional y social. Así, se contribuye de manera significativa a su desarrollo integral y a la construcción de hábitos de vida saludables que perdurarán a lo largo de su crecimiento.

DE SUMO INTERÉS

Este código QR ha sido incorporado con el propósito de ofrecer un complemento visual a los contenidos de la guía.

Al escanearlo, el lector tiene acceso a una galería de fotografías relacionadas con las actividades, recursos y propuestas descritas, lo que facilita la comprensión de las dinámicas motrices y enriquece la experiencia de lectura.

Las imágenes sirven como referencia práctica para docentes y estudiantes, y fortalecen la aplicación de las orientaciones presentadas.

Los autores

SOBRE LOS AUTORES

Miguel Israel Bennasar-García
Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, República Dominicana
miguel.bennasar@isfodosu.edu.do
https://orcid.org/0000-0002-3856-0279
https://scholar.google.es/citations?hl=es&authuser=1&user=SsQtJhIAAAAJ
https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=58094402200
https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=5295417
https://www.researchgate.net/profile/Miguel-Bennasar-Garcia
https://www.linkedin.com/in/miguel-israel-bennasar-garc%C3%ADa-9560a6215/
https://www.adscientificindex.com/scientist/miguel-israel-bennasar-garcia/4485552

- Postdoctorado en el Programa: Políticas Públicas y Educación. Universidad Nacional Experimental del Yaracuy (UNEY), Venezuela.
- Doctor en Ciencias de la Educación. Universidad Latinoamericana y del Caribe (ULAC), Venezuela.
- Doctorando (en fase de Tesis Doctoral) en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL), Venezuela.
- Magíster en Educación, Mención: Enseñanza de la Educación Física. Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL), Venezuela.
- Profesor, Especialidad: Educación Física, Deporte y Recreación. Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL), Venezuela.
- Docente de Pregrado y Postgrado de Educación Física e Investigador, Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto Luis Napoleón Núñez Molina (RLNNM), República Dominicana.
- Profesor Invitado de Planta del Programa: Posdoctorado Internacional en Educación. Tema: Estado del arte de la educación como objeto de estudio. Modelo y alternativas, auspiciado por el Centro Latinoamericano de Estudios en Epistemología Pedagógica (CESPE), Cuba y la Universidad Latinoamericana José Martí, México.
- Director de Tesis Doctoral y Trabajos de Grado de Maestría, España, México, República Dominicana y Venezuela
- Coordinador del área de Educación Física, ISFODOSU, RLNNM.
- Coordinador de la Maestría en Educación Física Integral, ISFODOSU, RLNNM.
- Coordinador del Diplomado de Educación Física de Calidad en el sistema educativo de la República Dominicana, ISFODOSU, RLNNM, 1ª y 2ª cohorte.
- Coordinador del Grupo y Semillero de Investigación Educación Física y Salud, ISFODOSU, RLNNM
- Presidente Adjunto del Centro Latinoamericano de Estudios en Epistemología Pedagógica, República Dominicana.
- Autor de 70 artículos científicos, 7 ensayos académicos, 7 Libros y 2 Capítulo de Libros.

- Autor de 12 Proyectos de Investigación: Chile, Colombia, Cuba, Japón, República Dominicana y Venezuela.
- Miembro de la Carrera Nacional de Investigadores de la República Dominicana, área: Ciencias Humanísticas.
- Miembro de Comité Científico y Consejo Editorial, de Revistas arbitradas e indexadas de Chile, Colombia, Costa Rica, Ecuador, España, México, República Dominicana y Venezuela.
- Evaluador Internacional de Proyectos de Investigación.
- Miembro del Comité de Investigación, ISFODOSU, Recinto Luis Napoleón Núñez Molina, República Dominicana.
- Conferencista y Ponente en eventos de divulgación académica y científica, nacional e internacional.

Juan José Galán Delgado
Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, República Dominicana
https://orcid.org/0009-0008-6095-7302
estarlingalandelgado@gmail.com

- Estudiante de la Licenciatura de Educación Física. Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto Luis Napoleón Núñez Molina (RLNNM), Licey al Medio, Santiago de los Caballeros, República Dominicana.
- Semillerista del Grupo de Investigación Educación Física y Salud (GIEDUFIS), ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado de Ingles Intensivo para Docentes. ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado en Tecnología educativa. ISFODOSU, RLNNM.
- Técnico profesional en Informática. Politécnico Felipe Soriano Bello

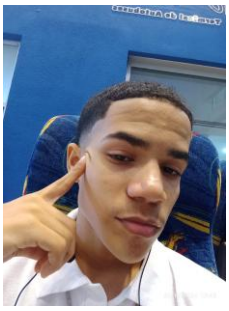
Winifer Destiny Sandoval Reyes
Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, República Dominicana
https://orcid.org/0009-0003-7555-2061
winiferdestinysandoval@gmail.com

- Estudiante de la Licenciatura de Educación Física. Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto Luis Napoleón Núñez Molina (RLNNM), Licey al Medio, Santiago de los Caballeros, República Dominicana.
- Semillerista del Grupo de Investigación Educación Física y Salud (GIEDUFIS), ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado de Ingles Intensivo para Docentes. ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado en Tecnología educativa. ISFODOSU, RLNNM.

Frankelis de Jesús Sese Cáceres
Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, República Dominicana
https://orcid.org/0009-0009-3192-7945
keli060121bass@gmail.com

- Licenciado Licenciatura de Educación Física. Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto Luis Napoleón Núñez Molina (RLNNM), Licey al Medio, Santiago de los Caballeros, República Dominicana.
- Estudiante del Diplomado de Ingles Intensivo para Docentes. ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado en Tecnología educativa. ISFODOSU, RLNNM.

José Ariel Hidalgo Cuevas
Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, República Dominicana
https://orcid.org/0009-0006-8681-0849
josearielhidalgocuevas@gmail.com



- Estudiante de la Licenciatura de Educación Física. Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto Luis Napoleón Núñez Molina (RLNNM), Licey al Medio, Santiago de los Caballeros, República Dominicana.
- Semillerista del Grupo de Investigación Educación Física y Salud (GIEDUFIS), ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado de Ingles Intensivo para Docentes. ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado en Tecnología educativa. ISFODOSU, RLNNM.

Esteban Emanuel Luna Brito
Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, República Dominicana
https://orcid.org/0009-0000-6729-905X
luna202410035@gmail.com

- Estudiante de la Licenciatura de Educación Física. Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto Luis Napoleón Núñez Molina (RLNNM), Licey al Medio, Santiago de los Caballeros, República Dominicana.
- Semillerista del Grupo de Investigación Educación Física y Salud (GIEDUFIS), ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado de Ingles Intensivo para Docentes. ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante de dibujo y pintura, egresado del Centro Tecnológico y Cultural Winston Arnaud, Los López, Espaillat, República Dominicana.

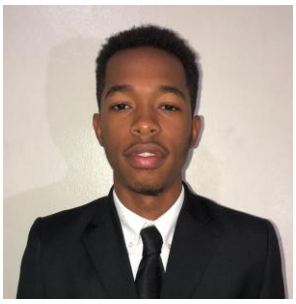
Johanna Jiménez de Jesús
Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, República Dominicana
https://orcid.org/0009-0002-4942-2418
202410244@issu.edu.do

- Estudiante de la Licenciatura de Educación Física. Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto Luis Napoleón Núñez Molina (RLNNM), Licey al Medio, Santiago de los Caballeros, República Dominicana.
- Semillerista del Grupo de Investigación Educación Física y Salud (GIEDUFIS), ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado de Ingles Intensivo para Docentes. ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado en Tecnología educativa. ISFODOSU, RLNNM.

Carmelo Anthony Tejada Morel
Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña
https://orcid.org/0009-0001-7539-3190
Tejadacarmelo07@gmail.com

- Estudiante de la Licenciatura de Educación Física. Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto Luis Napoleón Núñez Molina (RLNNM), Licey al Medio, Santiago de los Caballeros, República Dominicana.
- Estudiante del Diplomado de Ingles Intensivo para Docentes. ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado en Tecnología educativa. ISFODOSU, RLNNM.
- Técnico profesional en Servicios Turísticos. Politécnico Salesiano Arquides Calderón

Ronny De Jesús Caba-Payero
Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, República Dominicana
https://orcid.org/0009-0000-3274-8222
jesuspayero179@gmail.com



- Estudiante de la Licenciatura de Educación Física. Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto Luis Napoleón Núñez Molina (RLNNM), Licey al Medio, Santiago de los Caballeros, República Dominicana.
- Semillerista del Grupo de Investigación Educación Física y Salud (GIEDUFIS), ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado de Ingles Intensivo para Docentes. ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado en Tecnología educativa. ISFODOSU, RLNNM.
- Certificado como Entrenador Personal en IDFF, Santiago. República Dominicana

Sayari Marmolejos Almonte
Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña
https://orcid.org/0009-0008-0659-2736
202410214@issu.edu.do

- Estudiante de la Licenciatura de Educación Física. Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto Luis Napoleón Núñez Molina (RLNNM), Licey al Medio, Santiago de los Caballeros, República Dominicana.
- Semillerista del Grupo de Investigación Educación Física y Salud (GIEDUFIS), ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado de Ingles Intensivo para Docentes. ISFODOSU, RLNNM.
- Estudiante del Diplomado en Tecnología educativa. ISFODOSU, RLNNM.

Técnica en masaje profesional.

GUÍA DIDÁCTICA PARA LA PROMOCIÓN DEL DESARROLLO FÍSICO INFANTIL MEDIANTE LA EDUCACIÓN MOTRIZ Y FÍSICA

Miguel Israel Bennasar-García

Juan José Galán Delgado

Winifer Destiny Sandoval Reyes

Frankelis de Jesús Sese Cáceres

José Ariel Hidalgo Cuevas

Esteban Emanuel Luna Brito

Johanna Jiménez de Jesús

Carmelo Anthony Tejada Morel

Ronny De Jesús Caba-Payero

Sayari Marmolejos Almonte

Escriba
ESCUELA DE ESCRITORES